



6月献立表



2025年
サニーステージ玉川学園

	6月1日(日)	6月2日(月)	6月3日(火)	6月4日(水)	6月5日(木)	6月6日(金)	6月7日(土)
朝食	フレンチトースト 鶏肉と野菜のソテー スパゲティサラダ コンソメスープ 牛乳	鶏団子と根菜の煮物 いんげんのくるみ和え ふりかけ ミックスジュース 御飯 みそ汁	チーズリゾット ほうれん草のソテー 漬物 ジュース 御飯 みそ汁	がんもの煮付 白菜のお浸し 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	ツナ炒り玉子 もやしのおかか和え のり佃煮 牛乳 御飯 みそ汁	あじの塩焼 ほうれん草のピーナッツ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	きのご雑炊 大根と豚肉の煮物 辛子和え 煮豆 牛乳
昼食	ビーフストロガノフ マリネサラダ 洋梨のコンポート オニオンスープ	白身魚フライ 切昆布の煮物 オクラの生姜和え 御飯 みそ汁	鶏肉の味噌焼 切干大根の煮物 ごま豆腐 御飯 すまし汁	ミートソーススパゲティ マセドアンサラダ フルーツ クラムチャウダー	鶏肉の立田揚げ 肉詰いなのり煮付 青菜ときこの和え物 御飯 みそ汁	枝豆入りつくねバーグおろしソース 小松菜の煮浸し マカロニサラダ わかめ御飯 みそ汁	チキンカレーライス グリーンサラダ フルーツ スープ
おやつ	ブルーベリーケーキ	大学芋	ロックビスケット	こしあんぱん	冷やしおしるこ	パンナコッタ	味噌まんじゅう
夕食	茹で豚のごまだれがけ 車麩の煮物 昆布豆 御飯 みそ汁	ちくさ焼 長芋の白煮 酢の物 菜めし御飯 みそ汁	さばの味噌煮 かぼちゃサラダ 菜の花のごま和え 御飯 すまし汁	鶏肉のカレー炒め なすとさつま揚げの煮物 ブロッコリーのサラダ 御飯 みそ汁	豆腐の旨煮 ほたて風味フライ オクラのボン酢和え 御飯 みそ汁	鶏肉の治部煮 金平ごぼう いんげんの生姜和え 御飯 みそ汁	白身魚の大和蒸し ほうれん草と油揚げの煮浸し 白菜の梅しそ和え 御飯 みそ汁
	6月8日(日)	6月9日(月)	6月10日(火)	6月11日(水)	6月12日(木)	6月13日(金)	6月14日(土)
朝食	ロールパンサンド スクランブルエッグ コンソメスープ 牛乳	焼き魚(さば) 小松菜のおひたし 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	チーズリゾット 魚肉ソーセージのソテー ビーンズサラダ アップルジュース	大根とがんもの煮物 青菜のおかか和え 納豆 牛乳 御飯 みそ汁	巣ごもり卵 カリフラワーサラダ 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	豆腐ステーキ そぼろあんかけ ほうれん草のごま和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	しらす雑炊 大根のそぼろ煮 もやしの生姜和え 煮豆 牛乳
昼食	鮭の磯マヨネーズ焼 かぼちゃの含め煮 なすとしょうがの和え物 御飯 みそ汁	カツ丼 ちくわとチンゲン菜の煮浸し フルーツゼリー 御飯 みそ汁	キムチチャーハン 水ギョーザ 春雨と蒸し鶏のサラダ 漬物 わかめスープ	塩ラーメン 塩売 海草サラダ バナナムース	トマトと茄子のひき肉カレー グリーンサラダ フルーツ スープ	チンジャオロースー 春巻 春雨サラダ 御飯 中華スープ	チキン南蛮 切干大根の煮物 菜の花の和え物 御飯 みそ汁
おやつ	スイスロール	トマトゼリー	抹茶蒸しパン	チョコパン	芋ようかん	吹雪饅頭	コーヒール牛乳プリン
夕食	鶏肉のごまだれ焼 炒り豆腐 もやしの酢じょうゆ和え 御飯 みそ汁	牛皿 さつまいもサラダ きゅうりのもみ漬 御飯 みそ汁	肉じゃが 笹かまぼこ みぞれ和え 御飯 みそ汁	親子煮 しらす炒め 梅風味和え 御飯 みそ汁	カレイの生姜あんかけ なすとピーマンの味噌炒め 冷奴 御飯 すまし汁	鶏肉のたまねぎソース とうがんの田楽 ブロッコリーの辛子和え 御飯 すまし汁	白身魚の照焼 鶏肉と蓮根の旨煮 キャベツのわさび和え 御飯 みそ汁
	6月15日(日)	6月16日(月)	6月17日(火)	6月18日(水)	6月19日(木)	6月20日(金)	6月21日(土)
朝食	チーズ入りスクランブルエッグ 花野菜サラダ コンソメスープ 牛乳 パン	肉詰いなのり煮付 青菜のくるみ和え たいみそ ミックスジュース 御飯 みそ汁	さつま揚げの甘辛炒め カリフラワーと人参のサラダ 漬物 ジュース 御飯 みそ汁	焼き魚〜あじ〜 白菜のごま和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	オムレツ 菜の花とツナの和風サラダ ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	じゃが芋の旨煮 ほうれん草のお浸し 漬物 ミックスジュース 梅しそ御飯 みそ汁	梅菜めし雑炊 大根と豚肉の煮物 菜の花のわさび和え 煮豆 牛乳
昼食	ハンバーグマトソース かぼちゃとベーコンのホットサラダ スパゲティサラダ 御飯 コンソメスープ	ハンバーグマトソース かぼちゃとベーコンのホットサラダ スパゲティサラダ 御飯 コンソメスープ	肉そば 焼きなす ブロッコリーのサラダ フルーツ	五目ちらし寿司 青梗菜とがんもの煮浸し きゅうりの塩昆布和え ごま豆腐 みそ汁	カレーライス 大根サラダ フルーツ コンソメスープ	白身魚のムニエルタルタルソース ブロッコリーとベーコンのソテー ポテトツナサラダ ピラフ コンソメスープ	豚肉の梅にんにくだれ なすの揚げ浸し 長芋とオクラのボン酢和え 御飯 みそ汁
おやつ	アイスクリーム	抹茶ゼリー	酒まんじゅう	あじさいケーキ	あんぱん	はちみつ蒸しパン	ババロア
夕食	炒り鶏 さつまいものレモン煮 キャベツの塩昆布和え 御飯 みそ汁	柳川風 ポテトサラダ梅風味 いんげんの生姜和え 御飯 みそ汁	牛肉ともやしの炒め物 かぼちゃの含め煮 おくらのおかか和え 御飯 みそ汁	クリーミーコロッケ ひじきの五目煮 酢の物 御飯 みそ汁	赤魚の山椒焼 豚肉ときこの醤油炒め 冷奴 御飯 みそ汁	豚肉のオイスター炒め いわしつみれの煮物 なます 御飯 みそ汁	車麩の玉子とじ さつま揚げの甘辛炒め 浅漬 御飯 みそ汁
	6月22日(日)	6月23日(月)	6月24日(火)	6月25日(水)	6月26日(木)	6月27日(金)	6月28日(土)
朝食	ポトフ 花野菜サラダ フルーツ 牛乳 パン	生揚げと野菜の煮物 キャベツとツナの和え物 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	鮭の塩焼き 小松菜のボン酢和え たいみそ ジュース 御飯 みそ汁	鶏肉と里芋の煮物 ピーナッツ和え 梅干物 牛乳 御飯 みそ汁	ウィンナーのクチャップ炒め 花野菜サラダ ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	目玉焼 ツナ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	かに風味雑炊 大根のそぼろ煮 チンゲンサイの海苔和え 煮豆 牛乳
昼食	オムライス コールスローサラダ フルーツ パスタスープ	ご当地グルメ 中津唐揚げ丼 大分県	かぼちゃコロッケ 肉団子の煮物 ほうれん草のなめだけ和え 御飯 みそ汁	焼そば 豆腐サラダ ストロベリーヨーグルト スープ	アジの竜田揚げ ぜんまいの煮物 みぞれ和え とうもろこし御飯 みそ汁	鶏肉のチーズパン粉焼 カリフラワーのカレー煮 豆サラダ シーフードピラフ コンソメスープ	夏野菜と豚肉の味噌炒め かぼちゃと昆布の煮物 煮奴 御飯 かきたま汁
おやつ	蒸しようかん	黒糖饅頭	マンゴープリン	クリームパン	ココアパンディング	シュークリーム	フルーツ寒天
夕食	さばと玉ねぎの揚げ漬 里芋ごまよこし カリフラワーと人参のサラダ 御飯 みそ汁	肉団子のケチャップ炒め カニ入りシューマイ ナムル 御飯 中華スープ	鶏肉とがんもの煮物おろし添え じゃが芋とブロッコリーのマヨ炒め いんげんのごま和え 御飯 みそ汁	白身魚の煮付 肉団子おろしあん 昆布豆 御飯 みそ汁	鶏肉の香味焼 葱ソースかけ 白菜と小えびの炒め煮 おくらと梅和え 御飯 みそ汁	擬製豆腐あんかけ 竹輪の磯辺揚げ 白菜漬 御飯 みそ汁	赤魚の煮付 さつまいもサラダ 酢の物 御飯 みそ汁
	6月29日(日)	6月30日(月)	父の日とは… 1909年にアメリカの ソノラ・スマー・ドッドが、 男手1つで自分を育ててくれた父を 讃えて教 会の牧師にお願いして 父の誕生月である6月に 礼拝をしてもらったことが きっかけと言われています 				
朝食	スクランブルエッグ 大根サラダ パン	フィッシュソーセージとブロッコリーのソテー 春菊のくるみ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁					
昼食	鶏の甘酢炒め 高野豆腐の含煮 ごぼうサラダ 御飯 みそ汁	白身魚の甘辛揚げ浸し がんも野菜の煮付 青じそ冷奴 御飯 みそ汁					
おやつ	羊羹ロール	紅茶ミルクゼリー					
夕食	松風焼 豚肉とれんこんの煮物 もやしのナムル 御飯 みそ汁	かに玉風 ピーマンソテー 大根の中華風和え物 御飯 中華スープ					

※献立が一部変更になる場合がございます。ご了承ください。

国内産のお米を使用しています。