

# 6月献立表

## 季節の移り変わりを、旬の食材から

11日には入梅の日で、15日には父の日にちなんだお食事をご提供いたします。  
6月は春の食材が終わりを迎え、夏の食材が走りの時期を迎えます。  
夏野菜や枝豆など、季節の移り変わりをお食事感じていただけましたら幸いです。



6月1日(日)



朝食						御飯 ソーセージソテー マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
昼食						御飯 メンチカツ 切り昆布の煮物 卵豆腐 すまし汁 ミニケーキ
おやつ						塩まんじゅう
夕食						麦ごはん さわらのはちみつ照り焼き ピーマンの塩金平 とろろ 赤だし
1日計						1日計*:1714kcal 夕パキ:55.5g 脂質:56.7g 食塩相:9.6g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館



# 6月献立表

2025年6月2日～6月8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)	6月8日(日)
							
朝食	御飯 ちくわの和風あんかけ スナップえんどうの磯和え たいみそ 味噌汁 牛乳	パン ハッシュドポテト /ミートボール コーンクリームスープ フルーツ ヨーグルト	御飯 野菜のツナ炒め 納豆 大根の和え物 味噌汁 牛乳	パン ボイルウインナー /温野菜サラダ コンソメスープ フルーツ ヨーグルト	御飯 海老と野菜の炒め物 おくらの生姜和え のり佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 ふんわり真丈と野菜の煮物 カリフラワーの和え物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 野菜入り炒り卵 千切り野菜サラダ 漬物 味噌汁 牛乳
昼食	御飯 あぶらかれいの バターポン酢 真砂炒め アスパラのおかか和え すまし汁	塩ラーメン かに風味焼売 ザーサイ和え マンゴープリン	<b>からだ元気</b> 【梅雨を元気に乗り切ろう】 麦御飯、豚肉の黒酢炒め 冬瓜のかにかまあん トマトのせ冷奴 玉ねぎとにらのスープ	御飯 サーモンフライ 焼きビーフン うの花 すまし汁	五目ちらし寿司 ごぼうのそぼろ炒め キャベツの塩昆布和え すまし汁 りんごヨーグルト	ゆかり御飯 めばるの塩麴焼き さつま芋の含め煮 わさび豆腐 味噌汁	豆のカレーライス 福神漬け かにかまサラダ コンソメスープ いちごムース
おやつ	抹茶ゼリー	いちごスペシャル	ミニピーナツパン	ピーチゼリー	クリームブッセ	メープルパンケーキ	プチシュー
夕食	御飯 豚肉の香味炒め 里芋の白煮 小松菜の辛子和え 味噌汁	御飯 鶏肉の梅煮 ピーマンの塩炒め 浅漬け すまし汁	御飯 赤魚の甘辛煮 しろ菜の煮浸し 春雨とわかめの和え物 すまし汁	御飯 鶏肉の山椒焼き 大豆五目煮 たたき胡瓜 味噌汁	御飯 あじの照り焼き ほうれん草と えのきのさっと煮 白菜のゆず和え 味噌汁	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め ぜんまいの炒め煮 モロヘイヤのお浸し 味噌汁	御飯 白身魚の煮付け 五目金平 長芋の酢の物 味噌汁
1日計	1日計:1434kcal タバク:60.7g 脂質:32.3g 食塩相:7.8g	1日計:1577kcal タバク:53.1g 脂質:43.1g 食塩相:10.1g	1日計:1428kcal タバク:61.0g 脂質:37.2g 食塩相:7.6g	1日計:1667kcal タバク:59.0g 脂質:54.1g 食塩相:8.3g	1日計:1317kcal タバク:53.2g 脂質:23.1g 食塩相:7.9g	1日計:1433kcal タバク:53.9g 脂質:28.9g 食塩相:10.0g	1日計:1446kcal タバク:55.5g 脂質:35.1g 食塩相:9.1g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館



# 6月献立表

2025年6月9日～6月15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)	6月15日(日)
							
朝食	御飯 野菜とベーコンの炒め物 白菜と油揚げのお浸し のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	パン ソーセージステーキ ／温野菜サラダ コンソメスープ フルーツ 牛乳	麦ごはん 白身魚のふんわり煮物 とろろ スナップえんどうのサラダ 味噌汁 ヨーグルト	パン ポイルウインナー ／野菜のソテー コンソメスープ フルーツ 牛乳	御飯 魚肉ソーセージと野菜の炒め物 ごまドレサラダ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 オムレツ いんげんのツナサラダ のり佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 えび真丈の含め煮 三色和え たいみそ 味噌汁 ヨーグルト
昼食	御飯 さばの幽庵焼き なすの田舎 トマトの葱だれ すまし汁	御飯 鶏肉と野菜のうま煮 たけのこのおかか炒め ブロッコリーのツナ和え 味噌汁	<b>【入梅】</b> さっぱり梅うどん 具入り卵焼き おくらのお和え物 あじさいゼリー	御飯 ほっけのもろみ味噌焼き 白菜の旨煮 きゅうりの酢の物 すまし汁	チキンドリア ほうれん草のソテー コーンサラダ コンソメスープ	御飯 あじの香味ソース なすの田舎煮 長芋の梅だれ すまし汁	<b>特別食</b> 
おやつ	抹茶蒸しパン	ロールケーキ (コーヒー)	エクレア	ぼたぼた焼き(煎餅)	ショコラスペシャル	抹茶ようかん	<b>【父の日】</b> ビール風ゼリー
夕食	御飯 豚肉の生姜焼き ごぼうの山椒炒め ほうれん草と しめじの和え物 味噌汁	御飯 卵と海老のチリソースがけ 春雨の旨煮 即席漬け 中華スープ	御飯 ハンバーグ 和風玉葱ソース 里芋の明太あん キャベツの塩昆布和え すまし汁	御飯 豚肉のにんにく醤油焼き ひじきの煮物 しろ菜と ほたて風味の和え物 味噌汁	菜飯 助宗たらの三つ葉あん れんこん金平 大根のしそ和え 味噌汁	御飯 肉団子の甘酢あんかけ かに風味焼売 レタスのナムル 中華スープ	御飯 あぶらかれいのわさび醤油 ピーマンの塩炒め トマトの和え物 味噌汁
1日計	1食分:1626kcal タバク:52.4g 脂質:56.9g 食塩相:7.7g	1食分:1582kcal タバク:63.1g 脂質:47.6g 食塩相:8.1g	1食分:1413kcal タバク:56.2g 脂質:32.9g 食塩相:8.6g	1食分:1413kcal タバク:57.2g 脂質:37.7g 食塩相:9.0g	1食分:1509kcal タバク:55.6g 脂質:37.9g 食塩相:9.0g	1食分:1563kcal タバク:55.2g 脂質:37.7g 食塩相:8.7g	1食分:1423kcal タバク:59.6g 脂質:12.4g 食塩相:5.0g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館



# 6月献立表

2025年6月16日～6月22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)	6月22日(日)
							
朝食	御飯 ソーセージソテー マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	パン ポイルウインナー ／ツナと野菜のソテー コンソメスープ フルーツ ヨーグルト	御飯 目玉焼き 白菜の和え物 ふりかけ 味噌汁 牛乳	パン 野菜ソテー ／ミートボール コーンクリームスープ フルーツ ヨーグルト	御飯 さつま揚げと野菜の煮物 小松菜の和え物 ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 目玉焼き 納豆 ゆかり和え 味噌汁 ヨーグルト	御飯 海老と野菜の炒め物 スパゲティサラダ たいみそ 味噌汁 牛乳
昼食	御飯 つくね焼き 冬瓜のほたて風味あん 枝豆腐 味噌汁	きつねそば なすの田楽 キャベツの和え物 ゼリー入りフルーツポンチ	<b>【認知症予防 長寿ごはん】</b> 麦入り枝豆ごはん 蒸し鶏の葱生姜だれ 南瓜のごま煮 大根の梅和え 味噌汁	御飯 助宗たらの玉ねぎソース 里芋のそぼろ餡かけ 菜の花のからし和え 味噌汁	御飯 鶏の唐揚げ 切り昆布の煮物 胡瓜のもろみ味噌がけ すまし汁	カレーライス 福神漬け ツナサラダ コンソメスープ ピーチゼリー	<b>【駅弁 大分県】</b> じゃこ飯 れんこんの明太子炒め 長芋の塩昆布和え 味噌汁 フルーツあんみつ
おやつ	バウムクーヘン(チョコ)	カステラ	パナコッタ	ところてん(酢醤油)	牛乳プリン	ソフトクレープ(いちご)	バターケーキ
夕食	炊き込み御飯 赤魚の葱蒸し たけのこのおかか炒め かぶのしらす和え すまし汁	御飯 豚肉のコク旨炒め さつま芋の甘煮 いんげんのくるみ和え 味噌汁	御飯 さばの照り焼き がんもの炊き合わせ ほうれん草のお浸し すまし汁	御飯 牛肉豆腐 れんこんの味噌炒め 春雨サラダ すまし汁	御飯 白身魚のわさび醤油 切干大根の煮物 冷奴 味噌汁	御飯 めばるの煮付け ピーマンの炒め物 トマトの和え物 味噌汁	御飯 豚肉の塩レモン炒め なすの含め煮 卵豆腐 すまし汁
1日計	1日計 1食あたり:1484kcal タバコ:57.6g 脂質:40.6g 食塩相:8.3g	1日計 1食あたり:1567kcal タバコ:49.9g 脂質:43.5g 食塩相:8.1g	1日計 1食あたり:1529kcal タバコ:67.7g 脂質:45.5g 食塩相:8.6g	1日計 1食あたり:1503kcal タバコ:61.4g 脂質:36.1g 食塩相:9.2g	1日計 1食あたり:1454kcal タバコ:62.5g 脂質:38.7g 食塩相:8.0g	1日計 1食あたり:1478kcal タバコ:57.8g 脂質:38.3g 食塩相:8.4g	1日計 1食あたり:1721kcal タバコ:52.1g 脂質:61.4g 食塩相:7.8g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館



# 6月献立表

2025年6月23日～6月29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)	6月29日(日)
							
朝食	御飯 ツナと野菜の炒め物 かにかまサラダ 漬物 味噌汁 ヨーグルト	パン ポイルウインナー ノキッシュ風 コンソメスープ フルーツ 牛乳	御飯 ふんわりすり身の煮物 白菜の和え物 のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	パン スクランブルエッグ ノソーセージステーキ カレー風味スープ フルーツ 牛乳	御飯 さつま揚げの和風あんかけ 南瓜サラダ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ベーコンと野菜のソテー おくらの和え物 のり佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 目玉焼き ブロッコリーの和え物 たいみそ 味噌汁 ヨーグルト
昼食	御飯 豆腐ハンバーグ 冬瓜のほたて風味あん わかめの三杯酢 すまし汁	<b>【ご当地：北海道】</b> しょうゆ焼きそば かにか風味焼売 メロンゼリー 中華スープ	御飯 さわらの揚げ出し 玉子焼き 大根の塩麹漬け すまし汁	<b>特別食</b> 	御飯 豚肉と野菜の甘辛炒め ひじきの煮物 ちんげん菜の酢味噌がけ すまし汁	御飯 赤魚のみりん漬け焼き かぶのそぼろ餡かけ 京五色漬け 味噌汁	ハヤシライス じゃが芋の ガーリックバター炒め コンソメスープ マスカットゼリー
おやつ	きなこまんじゅう	雪の宿(煎餅)	ドーナツ	たい焼き	バタークッキー	ぶどうゼリー	薄皮こしあんパン
夕食	御飯 卵と海老のチリソースがけ ブロッコリーの炒め物 かぶの和え物 味噌汁	御飯 さばの味噌煮 ごぼうとさつま揚げの炒め物 わさび豆腐 すまし汁	御飯 鶏肉の柚子こしょうだれ 大豆五目煮 しろ菜のお浸し 味噌汁	御飯 牛肉じゃが れんこん金平 ブロッコリーの胡桃和え 味噌汁	御飯 白身魚の香味だれ ぜんまいの炒め煮 かにかまサラダ 味噌汁	御飯 鶏肉の梅だれ なすのくるみ味噌田楽 胡瓜の三杯酢 すまし汁	御飯 鱈の野菜あん 焼きビーフン 浅漬け 味噌汁
1日計	1日計: 1396kcal タンパク: 52.4g 脂質: 33.7g 食塩相: 8.3g	1日計: 1630kcal タンパク: 56.1g 脂質: 59.8g 食塩相: 10.3g	1日計: 1609kcal タンパク: 67.0g 脂質: 50.6g 食塩相: 8.4g	1日計: 1646kcal タンパク: 62.1g 脂質: 30.2g 食塩相: 5.5g	1日計: 1473kcal タンパク: 55.9g 脂質: 38.2g 食塩相: 8.9g	1日計: 1469kcal タンパク: 53.9g 脂質: 40.8g 食塩相: 9.1g	1日計: 1589kcal タンパク: 58.4g 脂質: 38.8g 食塩相: 8.3g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館



# 6月献立表

2025年6月30日

6月30日(月)



朝食	御飯 はんぺんと野菜の煮物 マカロニサラダ 漬物 味噌汁 牛乳					
昼食	御飯 麻婆豆腐 ピーマンとイカの炒め物 ちんげん菜のナムル 中華スープ					
おやつ	もみじまんじゅう					
夕食	御飯 蒸し鶏の葱塩麴だれ 里芋の煮っころがし 白菜のゆかり和え 味噌汁					
1日計	1献立*:1575kcal タンパク:57.0g 脂質:44.2g 食塩相:9.3g					

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館

