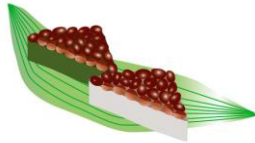


2025年06月分の献立（普通食・完了食）

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	行事食：水無月 水無月は6月30日に食べる風習があり、旧暦の6月1日に氷を食べることで、夏バテを予防するという風習から来てます。三角形は氷を表しており小豆は邪気払い、悪魔祓いの意味でのせられています。 					
午前	2 ヨーグルト	3 みかん缶、牛乳	4 市販、牛乳	5 オレンジ、牛乳	6 バナナ、牛乳	7 市販、ほうじ茶
昼食	御飯、みそ汁 豆腐の五目焼き きゅうりの酢の物	パン、きのこのスープ 魚のさっぱり甘酢ソース ピーマンの細切り炒め	豚丼 さつま芋の甘煮 みそ汁	御飯 白身魚の煮つけ 卵の花、すまし汁	パン、蒸し野菜 鶏肉の人参ドレッシング もやしスープ	焼きそば 小松菜のしらす和え わかめスープ
午後	きなこあずきクッキー 牛乳	おにぎり	マドレーヌ、牛乳	市販、牛乳	昆布にぎり	市販、ほうじ茶
午前	9 ヨーグルト	10 みかん缶、牛乳	11 市販、牛乳	12 オレンジ、牛乳	13 バナナ、牛乳	14 市販、ほうじ茶
昼食	御飯、すまし汁 厚揚げと豚肉のみそ煮 ほうれん草の和え物	パン、鶏肉の照り焼き ポテトサラダ トマトスープ	魚とひじきの混ぜごはん なすとひき肉のみそ炒め すまし汁	豆腐丼 もやしとわかめのナムル 中華スープ	パン、添え野菜 白身魚とかぼちゃのマリネ はるさめスープ	ちゃんぽんラーメン きゅうりのゆかりあえ ゼリー
午後	ラスク、牛乳	じゃこおにぎり	かぼちゃケーキ、牛乳	市販、牛乳	焼きおにぎり	市販、ほうじ茶
午前	16 ヨーグルト	17 みかん缶、牛乳	18 市販、牛乳	19 オレンジ、牛乳	20 バナナ、牛乳	21 市販、ほうじ茶
昼食	御飯、みそ汁 豆腐の五目焼き きゅうりの酢の物	パン、きのこのスープ 魚のさっぱり甘酢ソース ピーマンの細切り炒め	豚丼 さつま芋の甘煮 みそ汁	御飯 白身魚の煮つけ 卵の花、すまし汁	パン、蒸し野菜 鶏肉の人参ドレッシング もやしスープ	焼きそば 小松菜のしらす和え わかめスープ
午後	きなこあずきクッキー 牛乳	おにぎり	マドレーヌ、牛乳	市販、牛乳	昆布にぎり	市販、ほうじ茶
午前	23 ヨーグルト	24 みかん缶、牛乳	25 市販、牛乳	26 オレンジ、牛乳	27 バナナ、牛乳	28 市販、ほうじ茶
昼食	御飯、すまし汁 厚揚げと豚肉のみそ煮 ほうれん草の和え物	パン、鶏肉の照り焼き ポテトサラダ トマトスープ	魚とひじきの混ぜごはん なすとひき肉のみそ炒め すまし汁	豆腐丼 もやしとわかめのナムル 中華スープ	パン、添え野菜 白身魚とかぼちゃのマリネ はるさめスープ	ちゃんぽんラーメン きゅうりのゆかりあえ ゼリー
午後	ラスク、牛乳	じゃこおにぎり	かぼちゃケーキ、牛乳	市販、牛乳	焼きおにぎり	市販、ほうじ茶
午前	30 ヨーグルト					
昼食	御飯、みそ汁 豆腐の五目焼き きゅうりの酢の物					
午後	行事食：水無月、牛乳					