




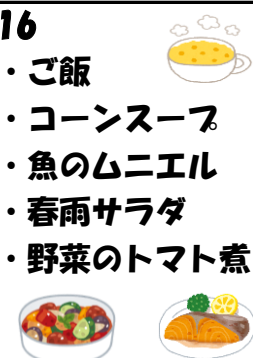
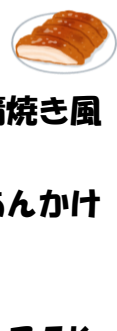


6 月 献 立 表

月	火	水	木	金	土
2 ・ 菜飯 ・ 味噌汁 ・ ミックスフライ ・ 酢の物 ・ 煮物  582Kcal	3 —お楽しみ献立— 	4 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ 魚の香草焼き ・ キャベツサラダ ・ 切干大根の煮物  572Kcal	5 ・ ご飯 ・ すまし汁 ・ 魚の 木ノ芽味噌焼き ・ 五目生酢 ・ 野菜の炒め煮  560Kcal	6 ・ ご飯 ・ スープ ・ 鶏肉の四川風 ・ 中華サラダ ・ ニラ玉  570Kcal	7 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ 和風ハンバーグ ・ サラダ ・ 含め煮  578Kcal
9 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ 魚の焼き浸し ・ 親子和え ・ ひじき煮  558Kcal	10 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ 赤魚のネギ塩焼き ・ ごぼうサラダ ・ 含め煮  568Kcal	11 ・ ご飯 ・ スープ ・ 豚肉の焼き肉 ・ スパゲティサラダ ・ 煮物  578Kcal	12 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ レモン塩焼き鶏 ・ サラダ ・ キャベツの クリーム煮  571Kcal	13 ・ ご飯 ・ カキ玉汁 ・ 鮭の梅味噌焼き ・ サラダ ・ 野菜炒め  576Kcal	14 ・ ハヤシライス ・ サラダ ・ スープ煮  580Kcal
16 ・ ご飯 ・ コーンスープ ・ 魚のムニエル ・ 春雨サラダ ・ 野菜のトマト煮  570Kcal	17 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ 鶏肉の蒲焼き風 ・ サラダ ・ 冬瓜のあんかけ  575Kcal	18 ・ ご飯 ・ そうめん汁 ・ サバの味噌煮 ・ ピーナッツ和え ・ さつま金平  565Kcal	19 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ 鮭の千草焼き ・ 梅肉和え ・ たらこ炒め  560Kcal	20 ・ カレーライス ・ サラダ ・ 生姜煮  580Kcal	21 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ サバの塩焼き ・ 白和え ・ 根菜煮  560Kcal
23 ・ ご飯 ・ スープ ・ 豚肉の香味炒め ・ サラダ ・ 胡麻味噌煮  576Kcal	24 ・ ご飯 ・ 薄くず汁 ・ 鮭の味噌焼き ・ 甘酢和え ・ 五目金平  570Kcal	25 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ 鶏肉の 粒マスタード焼き ・ ポテトサラダ ・ 煮浸し  574Kcal	26 ・ ご飯 ・ スープ ・ マーボー豆腐 ・ 中華浸し ・ フロッコリーの 旨煮  570Kcal	27 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ 魚の沢煮蒸し ・ トマトサラダ ・ 切干大根の煮物  561Kcal	28 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ 魚の きのこソースかけ ・ 胡麻和え ・ グラタン  579Kcal
30 ・ ご飯 ・ 味噌汁 ・ チキン南蛮 ・ おかか和え ・ 大根とあさり煮  575Kcal					

* 注文の都合により献立を変更することがあります。

いずみの苑 通所介護事業所

2025年6月