

【6月】小町(大)献立表

★★ 配食のふれ愛の ★★ ★★ おかずの特徴をご紹介 ★★

●皆様に飽きがこないよう、おかずの種類を数百種類以上取りそろえています。

●全てのおかずが熟練した調理員の手作りです。

●100%国内工場出荷ですので、安心・安全です。



高齢者向け配食サービス

配食のふれ愛

	昼食	夕食	昼食	夕食
6月1日	ハンバーグデミグラスソース かぼちゃソテー 田舎煮 小松菜の胡麻和え	サワラの幽庵焼(45) ひじき煮 おでん風煮 ミモザサラダ	6月8日 サワラの塩焼き(40) 一夜漬(白菜・昆布) じゃが芋と鶏肉の炭火焼風炒め たたきごぼう	ロールキャベツの炊き合せ マカロニサラダ 中華炒め ひじきの梅和え
木			木	
6月2日	エビカツ 枝豆入り白和え 鶏ごぼう さつま芋の甘煮	豚肉とえのきのトマトソース炒め 春雨とハムのソテー 煮合せ(里芋・がんも) 春菊のおひたし	6月9日 白身魚(シルバー)のトマト煮 茄子の味噌炒め 小松菜と厚揚げのどり辛炒め 蒸しシューマイ	牛しぐれ煮 大根葉とじゃこの炒り煮 野菜の甘酢炒め バジルポテト
6月3日	中華オムレツ 法蓮草とベーコンのソテー けんちん煮 焼きそば	アジの梅煮 小松菜の煮浸し じゃが芋のそぼろ煮 ミニ焼売	6月10日 鶏肉の山賊焼 ごま南瓜 カレービーフン炒め 白菜の柚子香りとえ	フリ大根煮 チリ豆腐 豆乳入りつみれの炊き合わせ チンゲン菜と干しエビの塩炒め
6月4日	鮭のバター醤油風味 大根の甘酢和え 牛肉と根菜の煮物 中華わかめ和え	豚肉のにんにく味噌焼き 青菜と蒲鉾の和え物 キャベツとウインナーのカレー炒め 三色豆	6月11日 豚肉と舞茸の生姜焼き カニ風味酢の物 おふくろ煮 法蓮草とマグロフレークの和え物	赤魚の磯辺焼き 冬瓜のあんかけ【6~9月限定】 肉野菜煮込み 金時豆
6月5日	牛肉とエリンギの炒め煮 マッシュサラダ マーボナス 小松菜ともやしのナムル	太刀魚の照焼(40) 三角いなり レンコンと鶏団子のトマトあん 法蓮草とハムのマリーネ	6月12日 タラのきのこあんかけ 小松菜の鰯和え 豚肉と大根の煮物 ポテトサラダ	鶏の唐揚げ ピーマンと竹の子の炒め物 野菜ソテー フルーツポンチ
6月6日	いわしハンバーグ じゃが芋のスパイス蒸し ほたて入り五目煮 しる菜の和え物	鶏肉のチリソース炒め 青菜のおひたし ふんわり玉子のえびあんかけ 大根とツナのサラダ	6月13日 他人丼 しる菜の胡麻和え 南瓜サラダ	海鮮チリ炒め 白菜とさつま揚げの炒り菜 蓮根と里芋のおかか煮 青菜のしらす和え
6月7日	チキンステーキ(レモン風味) チンゲン菜ときのこのソテー さつま芋のケチャップ煮 キャベツのゆかり和え	イカカツ 若竹煮 姫高野の炊き合せ 三色炒め煮	6月14日 白身魚(ホキ)の梅香焼き マーボー春雨 筑前煮 法蓮草のしそひじき和え	牛肉のオイスター炒め コーンとツナのサラダ じゃが芋の鳴門煮 青菜の彩り和え
6月8日			6月15日	
水			水	

	昼食	夕食	昼食	夕食			
6月1日	チキンときのこのトマト煮込み	黒メバルの煮付	6月1日 太刀魚のバジル焼(45)	6月1日 グリルチキン	6月1日	鶏むね肉とじゃが芋のバジルソテー	白身魚フライ
5月1日	チンゲン菜と揚げの炒り菜	肉詰めいたけ	2月2日 大焼売	2月2日 フルーツみつ豆(寒天入り)	6月2日	小松菜のかか和え	だし巻き玉子
5月5日	豚肉のカレーソテー	和風ポトフ	2月2日 豚肉とタケノコの炒め煮	2月2日 野菜のクリーム煮	6月9日	いわしつみれ炊き合わせ	鶏肉の野菜あんかけ
木	りんごシロップ漬け	一夜漬け(キャベツ・人参)	日 日 日 日	日 日 日 日	日 日 日 日	日 日 日 日	日 日 日 日
6月1日	ホッケの山賊焼	ホイコーロ	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日
6月1日	えのきのおろし和え	小松菜の胡麻和え	2月2日 ニラ玉あんかけ	2月2日 ぜんまいと竹輪の煮物	6月3日	キャベツのピリ辛漬け	パンパンジーサラダ(ドレ別添え)
6月1日	ナスの挽肉炒め	豆乳入りがんも	3月3日 南瓜のそぼろ煮	3月3日 鶏肉と野菜のトマトソース煮	6月0日	豚汁風煮	じゃが芋としいたけの煮物
金	法蓮草のバターソテー	大豆のコンソメ煮	日 日 日 日	日 日 日 日	日 日 日 日	日 日 日 日	日 日 日 日
6月1日	鶏肉のスパイス炒め	サバの塩焼き	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日
6月1日	切干大根煮	ごぼうと蓮根の甘酢和え	2月2日 法蓮草と油揚げの煮物	2月2日 春雨とハムのソテー			
6月7日	豚じゃが	煮合せ(南瓜・椎茸)	4月4日 さつま芋とレーズンの煮物	4月4日 鮭じゃが			
6月1日	ツナとキャベツの炒め物	豆腐の柚子あんかけ	日 日 日 日	日 日 日 日			
土			土	土			
6月1日	白身魚(シルバー)のマリネ	肉団子の酢豚風	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日
6月1日	野菜のピーナッツ和え	麩の玉子とじ	2月2日 ミモザサラダ(ドレ別添え)	2月2日 二色和え			
6月8日	里芋のそぼろ煮	大根炊き	5月5日 福神漬け	5月5日 牛肉と大根の甘辛煮			
6月1日	サウザンサラダ	小松菜の柚子和え	日 日 日 日	日 日 日 日			
6月1日	チャプチェ	鮭のちゃんちゃん焼き	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日
6月1日	小松菜の辛子和え	レンコンのじゃこ煮	2月2日 ヘルシーチンジャオ	2月2日 小松菜の炒り菜			
6月9日	彩りしんじょの炊き合せ	じゃが芋のコンソメ煮	6月6日 野菜の五目煮	6月6日 キャベツとハムの玉子炒め			
6月1日	昆布の佃煮	きのこソテー	日 日 日 日	日 日 日 日			
6月1日	焼肉メンチ	ミートオムレツ	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日
6月2日	にら饅頭	しろ菜の和え物	2月2日 ゴマドレサラダ(ドレ別添え)	2月2日 大豆と竹輪の甘辛煮			
6月0日	ナスのおろし煮	中華うま煮炒め	7月7日 里芋ときのこのバターコンソメ炒め	7月7日 豚肉とチンゲン菜の塩ダレ炒め			
6月1日	法蓮草のおひたし	三杯酢和え	日 日 日 日	日 日 日 日			
6月1日	牛肉とインゲンの炒め物	アジの照焼き	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日	6月1日
6月2日	柚子ドレサラダ(ドレ別添え)	京合せ	2月2日 法蓮草の辛子和え	2月2日 信田巻			
6月1日	さつま芋の彩煮	ひじきと挽肉の炒め物	8月8日 昆布と豚肉の煮物	8月8日 野菜の山椒風味炒め			
6月1日	オクラの梅和え	チンゲン菜の胡麻和え	日 日 日 日	日 日 日 日			
水			水	水			

