


月	火	水	木	金
R5年6月 			1	2
			高菜チャーハン 華風酢の物 中華スープ	クロワッサン ポテトのチーズ焼き 海藻サラダ コーンスープ
5	6	7	8	9
ごはん カミカミふりかけ 生揚げの煮物 たくあん和え	ハヤシライス ごぼうサラダ 果物（メロン）	ごはん 小いわしの唐揚げ 茎わかめの酢の物 けんちん汁	ベーコンときのこの スパゲッティ ごまドレッシングサ ラダ	麦ごはん 鶏肉の梅焼き 昆布茶和え 相性汁
				
12	13	14	15	16
ごはん 卵焼き 大豆の磯煮 心のすまし汁	ごはん 納豆 呉の肉じゃが ごま和え	ナン キーマカレー キャベツサラダ あじさいゼリー	ごはん あじの南蛮漬け 小松菜とのりの和え物 味噌汁	チキンライス フレンチサラダ ABCスープ
				
19	20	21	22	23
ごはん 野菜のうま煮 広島ドレみそレモン	ごはん 回鍋肉 ビーフンスープ	ごはん ハンバーグ・ケチャップ 野菜ソテー コンソメスープ	ごはん ポークビーンズ ドレッシング和え	ジューシー 豆腐チャンプルー すぬいスープ 果物 冷凍パイナップル
				
26	27	28	29	30
ごはん がんもどきの煮物 野菜の梅かつお和え	ごはん 鯖の塩焼き 和風サラダ 味噌汁	ごはん 家常豆腐 ツナとわかめの 和え物	ゆかりごはん 醤油ラーメン 棒棒鶏	麦ごはん 鶏肉のレモン漬け きんぴらごぼう すまし汁
				