



# 6月 献立一覧表

2026年6月 [高山ちどり]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝食	◎洋定食 丸ロール からし菜のソテー スパゲティサラダ 牛乳	◎和定食 味噌雑炊 キャベツと桜海老の炒め物 ももゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・いちごジャム イカ団子の煮物 パプリカのサラダ 牛乳	◎和定食 わかめ雑炊 野菜炒め アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 レーズントッパ うまい菜の中華炒め オニオンサラダ 牛乳	◎和定食 五目雑炊 カリフラワーの和風炒め マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 ロールパン 茄子のケチャップ炒め 白菜のドレッシング和え 牛乳
昼食	◎開所御祝い膳 赤飯 天ぷら盛り合わせ かつおのたたき 炊き合わせ 紅白なます 花麩のすまし汁	麻婆丼 カニシューマイ マンゴー缶 具沢山中華スープ	◎Aメニュー 豚肉とごぼうの山椒煮 ◎Bメニュー さばの塩焼き ◎共通料理◎ ごはん 茄子の田楽 小松菜の塩昆布和え そうめんのすまし汁	ごはん ぶりの照り焼き ひじきの炒め煮 胡瓜の浅漬け 渦巻き麩のみそ汁	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 麩の卵とじ インゲンの和え物 えのきのすまし汁	ごはん コロケ&海老フライ ☆冬瓜の銀あん ほうれん草のゆかり和え かぼちゃのみそ汁	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 ☆ピーマンの炒め物 ごぼうサラダ とろろ昆布のすまし汁
中間食	◎お祝いフルーツ メロン	パンケーキ(きなこ&黒糖蜜)	やわらかおかき(砂糖醤油)	厚切りバウム	おかしなバナナ	抹茶プリン	◎バラエティーおやつの日 苺のムースケーキ
夕食	ごはん 豚肉とじゃが芋のステーキ炒め 大豆のトマト煮 ☆ブロッコリーサラダ	ごはん 千草焼き 里芋のずんだあん 人参の青のりサラダ	ごはん 白身魚(ムルサ)の酒蒸し 厚揚げの野菜あんかけ ☆さつま芋サラダ	ごはん 蒸し鶏のバンバンジーソース(冷) 春巻き チンゲン菜のナムル	ごはん さわらの煮付け レンコンの炒り煮 オクラのとろろ和え	ごはん 肉味噌豆腐 もやし炒め ブロッコリーサラダ	ごはん あじの柚子胡椒焼き チンゲン菜の煮浸し ポテトサラダ



# 6月 献立一覧表

2026年6月 [高山ちどり]

	8(月)	9(火)	10(水)	11(水)	12(金)	13(土)	14(日)
朝食	<p>◎洋定食</p> <p>食パン・りんごジャム ブロッコリーのマスタード炒め うの花サラダ 牛乳</p>	<p>◎和定食</p> <p>芋粥 キャベツの炒め物 青りんごゼリー 牛乳</p>	<p>◎洋定食</p> <p>黒糖食パン リーゼitzと野菜のコンソメ煮 トマトパンネサラダ 牛乳</p>	<p>◎和定食</p> <p>青菜粥 がんもの煮物 グレープゼリー 牛乳</p>	<p>◎洋定食</p> <p>丸ロール イカ団子のケチャップ煮 インゲンのドレッシング和え 牛乳</p>	<p>◎和定食</p> <p>中華粥 カリフラワーの炒め物 アセロラゼリー 牛乳</p>	<p>◎洋定食</p> <p>食パン・いちごジャム 青菜のクリーム煮 人参サラダ 牛乳</p>
昼食	<p>◎Aメニュー</p> <p>豚じゃが</p> <p>◎Bメニュー</p> <p>和風オープンオムレツ</p> <p>◎共通料理◎</p> <p>ごはん ☆竹輪のカレー風味炒め 小松菜のワサビ和え わかめのすまし汁</p>	<p>ごはん ぶりの生姜煮 和風スパゲティー オクラのゆず和え 春菊のみそ汁</p>	<p>◎郷土料理(山形県)</p> <p>ごはん 芋煮 玉子焼き 粕汁</p>	<p>上海風焼きそば シューマイ ブロッコリーのピーナツ和え 中華スープ</p>	<p>ごはん さわらの幽庵焼き からし菜の炒め物 ☆マカロニサラダ さつま芋のみそ汁</p>	<p>ハヤシライス(ポーク) じゃが芋のソテー グリーンサラダ ヨーグルト(ストロベリーソース)</p>	<p>ごはん 照り焼きハンバーグ 茄子の煮物 ☆ピーマンの和え物 そうめんのすまし汁</p>
中間食	しっとりどら焼き(こしあん)	ソフトシュークリーム	プリン	ドームケーキ(いちご)	ミニロールケーキ(マンゴー)	蒸しパン(静岡茶)	水ようかん
夕食	<p>ごはん 鮭のムニエル ほうれん草のクリーム煮 春雨サラダ</p>	<p>ごはん 鶏肉の塩だれ炒め 炒り豆腐 人参サラダ</p>	<p>ごはん 揚げ魚のネギソース 切干大根の炒め煮 カリフラワーのサラダ</p>	<p>ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き 金平ごぼう チンゲン菜の梅和え</p>	<p>ごはん ☆豆腐ステーキ かぼちゃコロツケ 白菜のおかか和え</p>	<p>ごはん あじの蒲焼き 炒めビーフン うまい菜の辛子和え</p>	<p>ごはん 赤魚の煮付け 大根の炒り煮 ほうれん草のごま酢和え</p>



# 6月 献立一覧表

2026年6月 [高山ちどり]

	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)
朝食	◎洋定食 レストランツグ チンゲン菜のソテー スパゲティサラダ 牛乳	◎和定食 わかめ雑炊 野菜のカレー風味炒め マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 ロールパン ウインナーのケチャップ炒め ほうれん草のドレッシング和え 牛乳	◎和定食 五目雑炊 白菜の炒り煮 ももゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム ソーセージのソテー マカロニサラダ 牛乳	◎和定食 青菜粥 キャベツとハム炒め物 グレープゼリー 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン ほうれん草の和風炒め うの花サラダ 牛乳
昼食	◎いいごはん 梅しそおかかご飯 鶏肉のしょうゆ麴焼き 冬瓜のかにあんかけ 小松菜の錦糸和え オクラのみそ汁	ごはん 銀ひらすの山椒煮 ゴーヤチャンプル 大根のゆかり和え 渦巻き麴のみそ汁	ごはん ぶりの西京焼き 高野豆腐の含め煮 胡瓜の酢の物 とろろ昆布のすまし汁	◎Aメニュー 鶏肉の甘辛炒め ◎面前提供(別館) 天ぷら盛り合わせ ◎共通料理◎ ごはん 麴の卵とじ うまい菜のゆず和え もやしのみそ汁	◎Aメニュー 豆腐とひき肉の中華煮 ◎Bメニュー 白身魚(メルサ)の香味焼き ◎共通料理◎ ごはん 水餃子 ☆ごぼうサラダ 中華スープ	ごはん たらの竜田揚げ がんもの含め煮 ひじきの和風サラダ 玉ねぎのみそ汁	◎リクエストメニュー(父の日) ☆シーフードピラフ クリームコロッケ サラダ コンソメスープ
中間食	厚切りバウム	クレープ(チョコ)	抹茶プリン	おかしなバナナ	◎季節の和菓子	やわらかおかき(砂糖醤油)	パンケーキ(きなこ&黒糖蜜)
夕食	ごはん たらの香草焼き 肉団子のトマト煮 そら豆とハムのサラダ	ごはん 鶏の唐揚げ ☆さつま芋のレモン煮 しろ菜の塩昆布和え	ごはん 豚しゃぶ(冷) ブロッコリーの炒め物 春雨の和え物	ごはん さわらの和風あんかけ 春菊の煮浸し じゃが芋のマスタードサラダ	ごはん あじの生姜煮 里芋のずんだあん カリフラワーのおかか和え	ごはん 鶏肉のソテー(ステーキス) スパゲティナポリタン かぼちゃサラダ	ごはん ふくさ卵 茄子の田楽 もやしナムル



# 6月 献立一覧表

2026年6月 [高山ちどり]

	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝食	◎洋定食 丸ロール マカロニのケチャップ炒め コーンサラダ 牛乳	◎和定食 芋粥 イカ団子の煮物 アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・いちごジャム 小松菜のクリーム煮 もやしのドレッシング和え 牛乳	◎和定食 中華粥 茄子のソース炒め 青りんごゼリー 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン 白菜のコンソメ煮 野菜サラダ 牛乳	◎和定食 味噌雑炊 しろ菜の炒り煮 マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 レーズントッパ ウインナーのソテー オニオンサラダ 牛乳
昼食	ごはん 肉団子と野菜の煮物 ジャーマンポテト 大根の浅漬け かき玉汁	◎寿司の日 初夏の散らし寿司 金平ごぼう チンゲン菜のワサビ和え 赤出汁	ごはん メンチカツ 大豆の煮物 ほうれん草の山椒風味和え 麩のみそ汁	◎Aメニュー 鶏肉のタルタル焼き ◎Bメニュー カレイのムニエルトマトソース ◎共通料理◎ ごはん ズッキーニの加風味酢 レタスサラダ コンソメスープ	◎季節御膳(松花堂) かやくご飯 あじの南蛮漬け 冬瓜の翡翠あん 冷奴 山形のだし 赤出汁 レモンゼリー	ごはん 豚肉のスタミナ炒め ひじきの炒め煮 ポテトサラダ 小松菜のみそ汁	ごはん 鶏肉と野菜の生姜煮 ブロッコリーの香味炒め なます あげのみそ汁
中間食	珈琲クリームワッフル	プリン	ミニロールケーキ(マンゴー)	蒸しパン(静岡茶)	ドームケーキ(いちご)	ソフトシュークリーム	しっとりどら焼き(こしあん)
夕食	ごはん 赤魚のしょうゆ麹焼き 炒り豆腐 小松菜のマヨサラダ	ごはん 豚肉のオイスターソース炒め カニシューマイ ブロッコリーサラダ	ごはん 厚揚げの旨煮 人参しりしり とろろ和え	ごはん たら味の味噌煮 切干大根の炒め煮 うまい菜のお浸し	ごはん 和風おろしハンバーグ チンゲン菜の炒め物 春雨の和え物	ごはん 中華風玉子焼き(あんかけ) 竹輪の炒り煮 ほうれん草のゆかり和え	ごはん さわらの照り焼き 大学芋風 からし菜の塩昆布和え



# 6月 献立一覧表

2026年6月 [高山ちどり]

	29(月)	30(火)					
朝食	◎洋定食 食パン・りんごジャム ポトフ風 人参マリネ 牛乳	◎和定食 わかめ雑炊 カリフラワーの炒め物 ももゼリー 牛乳					
昼食	きつねうどん 茄子の煮物 小松菜の辛子味噌和え	ポークカレー 福神漬け レタスサラダ ぶどうムース ポークカレー					
中間食	クレープ(チョコ)	水ようかん					
夕食	ごはん 豚肉の塩だれ炒め がんもの含め煮 かぼちゃサラダ	ごはん 白身魚の磯辺揚げ レンコンの炒り煮 ごま豆腐					