

# 六月の献立

今月の整髪は

六月二十四日～六月三十日です。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		パラソル輪投げ	ミニバスケット		パラソル玉入れ	
		梅香るひじきご飯 アジみりん焼き なす含め煮 菜の花ちらし	ぶり照り焼き 麻婆茄子 野菜マリネ風	白身フライ キャベツとしめじのト マト煮込み ブロッコリーサラダ	鶏肉とピーマンの 甘酢和え 若芽と干しえびの 当座煮 だし醤油和え	カレイ味噌焼き じゃが芋と鶏肉の 照り煮 ドレッシング和え
6	7	8	9	10	11	12
	人形ボーリング		パラソル輪投げ		ミニバスケット	
	ポークソテーBBQ 高野の含め煮 かぼちゃサラダ	塩だれチキン がんも煮 イタリアンサラダ	スケソウダラ生姜煮 切昆布大豆煮 ごぼうサラダ	カツ丼 スナップエンドウの カニカマ和え	サバ照り焼き エビ入りビーフン さっぱり和え	チキンロイヤル 三角信田煮 野菜の卵和え
13	14	15	16	17	18	19
	レールゲーム・手芸（マスクケース作り）			映画会・手芸（マスクケース作り）		
	メバル旨煮 かぼちゃの煮物 マヨ和え	サバ土佐煮 高野豆腐煮 ごま和え	イワシ梅醤油煮 大豆トマト煮 マヨ和え	お誕生日会 お楽しみ メニュー	ニシン胡麻味噌煮 ごぼうと薩摩揚げの 金平 ハム和え	チキンカツ 厚揚げと小松菜の 生姜煮 茄子とみょうがの 和え物
20	21	22	23	24	25	26
	ミニバスケット		パラソル玉入れ		パラソル輪投げ	
	白身魚竜田揚げ 鶏肉とじゃが芋の カレー煮 法連草和え物	タラ味噌焼き ひじき煮 スパゲティサラダ	デミソースハンバーグ ふきの煮物 ツナ和え	ホッケ塩焼き 高野の含め煮 レタスサラダ	サバ煮付け 親子煮風 薩摩揚げとスナップエンドウ のピーナッツ和え	鶏の唐揚げ みぞれ煮風 筍の煮物 ゆず塩和え
27	28	29	30	この時期、知らず知らずのうちに脱水になってしまふことがあります。 喉が渴いていなくても、こまめな水分補給をお願いいたします。		
	パラソル玉入れ		トンネルゲーム			
	梅香るひじきご飯 アジみりん焼き なす含め煮 菜の花ちらし	赤魚西京焼き かぼちゃの煮物 ハム和え	ひらまさ照り焼き インゲンと豚肉の 炒め風 カニカマ和え			







