

日	月	火	水	木	金	土
	1 (630kcal)	2 (597kcal)	3 (694kcal)	4 (654kcal)	5 (693kcal)	6 (692kcal)
	ご飯 彩りがんも天つゆ 長芋のかにかまあん 春雨の酢の物 味噌汁 キウイフルーツ 黒糖まんじゅう	ご飯 鮭 照り焼きあん掛け きんぴら牛蒡 みょうが、胡瓜 甘酢和え 味噌汁 ハナハ スイスロール	ハヤシライス スパゲティーサラダ ほうれん草コーン炒め 福神漬 らっきょう オレンジ 手作り豆蒸しパン 紅茶	おにぎり 五目細うどん トマトサラダ ブロッコリーの葛煮 フルーチェ クリームコンフェ	ご飯 鯖の生姜煮 おくらのごま和え には、春雨卵とし 味噌汁 ハナハ ブッセ	松花堂弁当 梅しらすご飯 鶏の葱ソース 空豆のかき揚げ かっぱ大葉和え かきたま汁 キウイフルーツ オレンジ たら焼き
7	8 (603kcal)	9 (633kcal)	10 (555kcal)	11 (632kcal)	12 (584kcal)	13 (656kcal)
	ご飯 たら南蛮漬け ほうれん草と竹輪 ごまみそ和え 五目大豆 のっぺい汁 ハナハ 手作りココア蒸しパン	ご飯 蒸し鶏 自家製ごまだれ ジャカの旨煮 中華和え 味噌汁 オレンジ とと焼き	鮭寿司 炒り豆腐 白菜のみょうが和え 清汁 カルピスゼリー 苺スペシャル	ご飯 豚の生姜焼き はるさめ酢の物 里芋ごまみそ煮 中華スープ キウイフルーツ 酒まんじゅう	ご飯 揚げ魚の 野菜あん掛け 肉じゃが ごま和え 豆腐の味噌汁 りんご 手作り抹茶ようかん 玄米茶	おにぎり きつねそば きんぴらごぼう 菜の花のからし和え ハナハ カステラ
14	15 (732kcal)	16 (563kcal)	17 (710kcal)	18 (676kcal)	19 (739kcal)	20 (689kcal)
介護相談日	父の日お祝いご膳 チキンかつ丼 れんこん甘辛煮 ポテトサラダ 味噌汁 オレンジ 鉄入りココアワッフル	ご飯 ホキの韓国焼き 枝豆、えび卸し和え 豆乳卵蒸しあん掛け 味噌汁、ハナハ カレンダー作り 手作り抹茶蒸しパン 玄米茶	ご飯 里芋コロッケごまみそ 春雨サラダ 大根の旨煮 コーンポタージュスープ キウイフルーツ フルーツあんみつ	ご飯 鶏梅焼き梅葱ソース 南瓜いとこ煮 菜の花ごま和え ソーメン汁 ハナハ カスタードケーキ	ご飯 豚の山椒煮 切干大根の煮物 マヨネサラダ 味噌汁 黒糖ゼリー 薄皮まんじゅう	ご飯 さんま蒲焼 ひじき大豆 しそ和え 豚汁 オレンジ あん巻き 玄米茶
21	22 (550kcal)	23 (715kcal)	24 (687kcal)	25 (691kcal)	26 (697kcal)	27 (571kcal)
介護相談日	ご飯 和風かに玉蒸し 焼き茄子の浸し ひじき炒り煮 味噌汁 ハナハ 手作りフルーツヨーグルト	エビフライカレー トマトの和風サラダ スクランブルエッグ 福神漬 らっきょう 手作り杏仁豆腐 マレーヌ	ご飯 鶏のオーロラソース 小松菜フレンチ和え れんこんきんぴら けんちん汁 ハナハ 手作り小豆寒天	6月行事 ご飯 豚のケチャップ炒め キャベツのあっさり煮 ほうれん草の白和え 赤だし りんご 手作り黒糖レーズンケーキ 玄米茶	松花堂弁当 わかめご飯 鮭の卸し酢掛け 高野の射込み煮 胡瓜のごま和え 味噌汁 すいか ハナハカステラ	中華丼 にはの卵とし チンゲン菜の和え 味噌汁 キウイフルーツ ミニあんぱん
28	29 (721kcal)	30 (679kcal)	「マスクを着用されていないご利用者様へ」 新型コロナウイルス感染症拡大による緊急事態宣言は解除になりましたが、感染症予防のために「新しい生活様式」を心がけましょう。 引き続き、ご利用の際には 必ずマスクの着用 をお願いいたします。 着用されていない場合は施設でご用意させていただきますが、 100円/枚 をお支払いいただきますのでご了承ください。 脳トレ(二字熟語)クイズの答え♪ 上から【合】【紀】【産】			
介護相談日	ご飯 揚げさんま薬味卸し 炒り豆腐 ほうれん草しらす和え 味噌汁 りんご 手作りキャロット蒸しパン	ご飯 鶏の照り焼き ハンペンサラダ ピーマンおかか煮 豆乳味噌汁 オレンジ パンケーキ				