

## 2022年 6月の予定献立表 (中期食)

日	曜	昼食	おやつ
1	水	トマト粥 野菜スープ 鶏肉の野菜煮 りんご	おかゆ すまし汁 白身魚とじゃがいもの煮物
2	木	おかゆ 大根のすまし汁 豆腐のそぼろ煮	おかゆ 玉葱スープ しらすの野菜煮
3	金	おかゆ 豆腐のすまし汁 白身魚と人参のうま煮	枝豆粥 小松菜スープ 鶏肉とさつまいもの煮物
4	土	おかゆ さつまいものスープ 肉野菜煮 パナナ	おかゆ キャベツのすまし汁 豆腐のうま煮
5	日		
6	月	おかゆ 大根のすまし汁 鶏じゃが	おかゆ 野菜スープ 白身魚と大根の煮物
7	火	パン粥 キャベツのスープ 鶏肉と大豆のトマト煮	おかゆ すまし汁 豆腐のだし煮
8	水	おかゆ 野菜スープ 鶏肉とかぼちゃの煮物	おかゆ すまし汁 しらす煮うま煮
9	木	混ぜ粥 すまし汁 鶏肉と白菜のだし煮	おかゆ 小松菜のスープ 豆腐のトマト煮
10	金	おかゆ チンゲン菜のスープ 白身魚の野菜煮	おかゆ 玉ねぎスープ 鶏肉とかぼちゃの煮物
11	土	煮込みうどん 鶏肉とキャベツのうま煮 オレンジ	おかゆ 野菜スープ しらすと大根のだし煮
12	日		
13	月	おかゆ すまし汁 鶏肉と小松菜のだし煮	おかゆ 玉ねぎスープ 白身魚とキャベツのうま煮
14	火	煮込みうどん 鶏肉とほうれん草の煮物 オレンジ	おかゆ 豆乳スープ 豆腐の野菜煮
15	水	おかゆ 白菜スープ 鶏肉とかぼちゃのうま煮	さつまいも粥 すまし汁 しらすのだし煮
16	木	おかゆ すまし汁 鮭の野菜煮	おかゆ かぼちゃの豆乳スープ 鶏肉のトマト煮
17	金	おじや すまし汁 鶏肉とブロッコリーの煮物	おかゆ 白菜スープ 白身魚のうま煮
18	土	おかゆ 野菜スープ 鶏肉とキャベツのうま煮	おかゆ すまし汁 しらすの野菜煮
19	日		
20	月	おかゆ 玉ねぎスープ 白身魚の煮物	おかゆ すまし汁 鶏肉とじゃがいもの煮物
21	火	おかゆ すまし汁 鶏肉となすの煮物	トマト粥 キャベツのスープ 白身魚と小松菜のだし煮
22	水	パン粥 豆乳スープ 鮭とじゃがいものうま煮	おかゆ すまし汁 鶏肉とほうれん草の和風煮
23	木	おかゆ 豆腐のすまし汁 鶏肉と大根の煮物	おかゆ 野菜スープ しらすと白菜の煮物
24	金	おじや かぼちゃのスープ 鶏肉と大豆のトマト煮	おかゆ すまし汁 豆腐の野菜煮
25	土	おじや すまし汁 鶏肉と野菜の煮物	おかゆ キャベツのスープ しらすと胡瓜の和え物
26	日		
27	月	おかゆ 野菜スープ 鶏肉とじゃがいもの煮物	ブロッコリー粥 すまし汁 白身魚とチンゲン菜のうま煮
28	火	おかゆ すまし汁 白身魚と小松菜のだし煮 パナナ	枝豆粥 人参スープ 鶏肉と大根の煮物
29	水	おかゆ 白菜と人参のすまし汁 鶏肉と芋のトマト煮込み	おかゆ 野菜スープ 豆腐と白菜のだし煮 りんご
30	木	おかゆ 白菜のスープ 鶏肉のうま煮	おかゆ すまし汁 しらすの野菜煮

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。

※いろいろな味や舌触りを楽しめるように食材の種類を少しずつ増やしていきましょう。