

# 今月の menu 6月の献立

## 旬の食べ物 いんげん



豆が未熟ないんげんをサヤごと食べる「さやいんげん」、成熟させた豆を乾燥させて食べる「いんげん豆」がある。江戸時代初期に明の僧「隠元」が日本に初めていんげんを持ち込んだとされた。

## 持ち帰り お弁当の ご案内



当日デイご利用された方限定  
定期的にご利用の場合のみ  
ごはん付 700円  
おかずのみ 600円  
5日前までにお申し込みください

月	火	水	木	金	土
				1 麻婆豆腐 筑前煮 いんげんの 胡麻和え	2 鮭の南蛮漬け ひじきの煮つけ ブロッコリー サラダ
4 和風ハンバーグ 里芋とキノコ 味噌煮 ブロッコリーの おかか和え	5 ちらし寿司 野菜の天ぷら 冷奴	6 揚げだし豆腐 なすの味噌炒め コールスロー サラダ	7 鱈の竜田揚げ かぼちゃ煮付け 野菜サラダ	8 豚肉と茄子の みそ炒め 厚揚げの ポン酢焼き ほうれん草の お浸し	9 三色丼 茄子の煮びたし キャベツの梅和え
11 中華丼 チンゲン菜の 煮浸し もずく酢の物	12 鶏肉のチーズ焼き 大豆の五目煮 茄子とトマトの サラダ	13 揚げ鱈のあんかけ 筑前煮 小松菜の おかか和え	14 豚しゃぶ 大豆の五目煮 ほうれん草の お浸し	15 鱈のホイル焼き 茄子の味噌炒め ブロッコリー-サラダ	16 肉じゃが チンゲン菜と厚揚 げの煮浸し キャベツの梅和え
18 麻婆茄子 白菜煮付け かぼちゃサラダ	19 アジのスパイシー ムニエル かぼちゃ煮付け 甘酢和え	20 冷やし中華 煮しめ 冷奴	21 鶏肉の照り焼き 茄子の煮物 ほうれん草 胡麻和え	22 親子丼 切干煮つけ キャベツの梅和え	23 アジの香味揚げ 里芋のそぼろ煮 茄子の中華 サラダ
25 肉団子甘酢あん かぼちゃ煮付け 野菜サラダ	26 そうめん 天ぷら 卵焼き	27 チキン南蛮 さつまいも甘煮 ブロッコリー-サラダ	28 カレーライス 卵焼き 甘酢和え	29 ぶりの照り焼き チンゲン菜と 厚揚げの煮浸し 紅白なます	30 鮭の照り焼き キャベツとあげの 煮浸し ポテトサラダ

※献立は当日の仕入れ状況により変更になる場合があります。ご了承いただきますようお願い申し上げます。

※上記にごはんとみそ汁が付きます。



デイサービスセンターみねのさと  
www.minenosato.com

みねのさと

検索