2023年 6月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					おたのしみ	
				ちらしずし いそべあげ すいもの	あかうおの につけ きょうざ みそしる	ぎゅうにく コロッケ なすのにもの みそしる
4	5	6	7	8	9	10
	― せいさく ―					しゅうじ
	にぶた とうふサラダ みそしる	カレイの つけやき ひじきに みそしる	ハヤシライス サラダ くだもの	かりんずし	とりの からあげ ほうれんそう いため みそしる	えびチリたまご ごもくに みそしる
11	12	13	14	15	16	17
	おたのしみ	― へいわこうえん ―				
	さばの みそに こうやとうふの てんぷら きのこじる	ぶたの おろしに すのもの みそしる	あかうおの ムニエル ポテトグラタン みそしる	ピビンパ トトリム スープ	こえびフライ なっやさいにこみ みそしる	おべんとうの ひ
18	19	20	21	22	23	24
		しゅうじ	しゅうじ			
	なっやさい カレー サラダ くだもの	さばの しおやき にもの みそしる	ぶたの しょうがやき だいずあえ みそしる	えびカツ マーボーなす みそしる	おこのみやき の ひ	あかうおの カレーソテー ミニおこのみやき みそしる
25	26	27	28	29	30	
	7がつのカレンダーづくり			しゅうじ		
	しろみざかな タルタルソース さつまいもに みそしる	ビーフカレー サラダ くだもの	さばの ソテー たまことじ みそしる	あかうおの コチュジャンに カルビやき みそしる	カレイにつけ ポテトバーグ みそしる	

デイサービスセンターかりん　082－232－4274