



6月のきゅうしょく



6月のもくひょう

ただしいてのあらひ
かたをみにつけよう

1日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・旨煮
- ・卵焼き
- ・じゃこピーマン

2日(木)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・ビーンズスープ
- ・照り焼きつくね
- ・チャパツとコーンのソテー

3日(金)



- ・胚芽飯
- ・牛乳
- ・ヒビンバ
- ・トックスoup

6日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・春雨スープ
- ・豚肉となすの
ピリカラ炒め
- ・お好み焼き

7日(火)



- ・大山おこわ
- ・牛乳
- ・大豆ミンチカツ
- ・切り干し大根の炒め物
- 【郷土料理：鳥取】

8日(水)



- ・減量米飯
- ・牛乳
- ・かやくうどん
- ・鮭フライ
- ・こんにゃくの
おかか炒め

9日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・トッポギ
- ・ごぼうの
あっさり炒め

10日(金)



- ・麦飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・春雨のサラダ

13日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・磯煮
- ・厚揚げの炒め物
- ・こうなこの佃煮

14日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・オクラの味噌汁
- ・赤魚の煮付け
- ・一口天の煮物

15日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・中華丼
- ・揚げごぼうの
ごまだれがけ

16日(木)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・ポークビーンズ
- ・ツナマリネ

17日(金)



- ・胚芽飯
- ・牛乳
- ・卵スープ
- ・ソースチャーハンの具
- ・焼きぎょうざ

20日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・豆腐のチリソース煮
- ・じゃがいもの炒め物
- ・アーモンド小魚

21日(火)



- ・ベビーコッペ
- ・牛乳
- ・アスパラのスパゲティ
- ・かぼちゃコロッケ
- ・きゅうりのサラダ

22日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・がんもの煮物
- ・小アジの甘酢漬
- ・さやいんげんの
ごま和え

23日(木)



- ・セサミパン
- ・牛乳
- ・コーンクリームスープ
- ・棒ハンバーグ
- ・キャベツのソテー

24日(金)



- ・麦飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・マカロニサラダ

27日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・芋団子汁
- ・とりごぼうめし
- ・じゃこ大豆

28日(火)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・スープ煮
- ・ベイクドポテト
- ・アセロラゼリー

29日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・豆腐の味噌汁
- ・さばの塩焼き
- ・切り干し大根の煮物

30日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・炒めビーフン
- ・ささみとひじきのサラダ
- ・醃酵乳

