



6月のきゅうしょく



6月のもくひょう



ただしいてのあらい
かたをみにつけよう

2日(月) ・米飯 ・牛乳 ・厚揚げのみそ煮 ・ピーマンの塩昆布和え	3日(火) ・牛乳 ・中華風炊き込みご飯 ・大豆ミンチカツ ・切り干し大根のごま酢和え	4日(水) ・米飯 ・牛乳 ・豆腐の味噌汁 ・じゃが芋の煮物 ・味つけのり	5日(木) ・アップルパン ・牛乳 ・炒めビーフン ・ひじきの和え物	6日(金) ・米飯 ・牛乳 ・カレーライス ・キャベツのサラダ ・醗酵乳
9日(月) ・米飯 ・牛乳 ・トッポギ ・切り干し大根の炒め物	10日(火) ・バーガーパン ・牛乳 ・キャロットポタージュ ・きんぴら豆腐ハンバーグ ・アセロラゼリー	11日(水) ・減量米飯 ・牛乳 ・きしめん ・みそカツ ・キャベツの炒め物 【郷土料理：愛知県】	12日(木) ・黒糖パン ・牛乳 ・ウインナーのスープ煮 ・なすのミートグラタン	13日(金) ・米飯 ・牛乳 ・中華スープ ・鶏二郎丼
16日(月) ・米飯 ・牛乳 ・磯煮 ・ごぼうサラダ ・さけふりかけ	17日(火) ・米飯 ・牛乳 ・具だくさん味噌汁 ・いわしの煮つけ ・ピリ辛きゅうり	18日(水) ・米飯 ・牛乳 ・春雨と卵のスープ ・肉味噌混ぜご飯 ・ヨーグルト	19日(木) ・ベビーコッペ ・牛乳 ・サとキャブのA`A`ランチ ・白身魚フライ ・みかんの缶詰	20日(金) ・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
23日(月) ・米飯 ・牛乳 ・カレーライス ・マカロニサラダ	24日(火) ・コッペパン ・牛乳 ・鶏肉のトマト煮 ・ツナサンド	25日(水) ・米飯 ・牛乳 ・すまし汁 ・さばの塩焼き ・切り干し大根の和え物		
26日(木) ・コッペパン ・牛乳 ・かぼちゃスープ ・焼きウインナー ・キャベツのソテー	27日(金) ・米飯 ・牛乳 ・中華丼 ・揚げごぼうのごまだれかけ	30日(月) ・米飯 ・牛乳 ・坦々スープ ・揚げきょうざ ・切り干し大根のナムル		