



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

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
- ・赤魚の煮付け
- ・じゃが芋の煮物
- ・味付けのり

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ガー
- ・アゼロゼリー

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
- ・鶏こら丼
- ・中華スープ

16日 (月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・磯煮
- ・こぼろサラダ
- ・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
- ・サとキャベツの'ア' 'ア' ロンチン
- ・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
- ・揚げこぼろのごまだれかけ

30日 (月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・坦々スープ
- ・揚げぎょうざ
- ・切り干し大根のナムル

