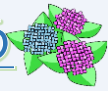




6月のきゅうしょく



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

1日(木)




- コッパン
- 牛乳
- ビーンズスープ
- ミト-のガッパ 煮
- キャベツとコーンのソテー

2日(金)




- 米飯
- 牛乳
- 手切牛乳
- とりこぼろめし
- じゃこ大豆

5日(月)




- 米飯
- 牛乳
- じゃが芋のみそ汁
- さばの塩焼き
- さやいんげんのごま和え

6日(火)




- 牛乳
- 中華風炊き込みごはん
- かぼちゃコロッケ
- 切り干し大根のごま酢和え

7日(水)




- 牛乳
- 磯煮
- 卵焼き
- じゃこピーマン

8日(木)



- ハーガーパン
- 牛乳
- コーンクリームスープ
- きんぴら豆腐
- ハンバーガー
- アセロラゼリー

9日(金)




- 米飯
- 牛乳
- カレーライス
- 春雨のサラダ

12日(月)




- 米飯
- 牛乳
- ごま味噌チキンどんぶり
- きびなこの揚げ物
- きゅうりのさっぱり漬け

13日(火)



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

14日(水)



- 減米飯
- 牛乳
- かやくうどん
- 高野豆腐の唐揚げ
- 切り干し大根のいためもの

15日(木)




- 全粒粉コッパン
- 牛乳
- フルコギサンド
- トックスープ
- スライスチーズ

16日(金)




- 米飯
- 牛乳
- オクラの味噌汁
- 赤魚の煮付け
- 一口天の煮物

19日(月)




- 米飯
- 牛乳
- 五目汁
- 鮭フライ
- 切り干し大根の煮物

20日(火)



- コッパン
- 牛乳
- ホークビーンズ
- ツナマリネ
- さつまいもチップス

21日(水)



- 米飯
- 牛乳
- 卵スープ
- 肉味噌まぜごはん
- みかんの缶詰

22日(木)




- ベビーコッパン
- 牛乳
- アスパラのスパゲティ
- 大豆ミンチカツ
- きゅうりのサラダ

23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

26日(月)



- 米飯
- 牛乳
- がんもの煮物
- アジの甘酢づけ
- 炒めたくあん

27日(火)




- 米飯
- 牛乳
- カレーライス
- マカロニサラダ

28日(水)



- 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

29日(木)



- アップルパン
- 牛乳
- スープ煮
- ポテトのチーズ焼き

30日(金)



- 米飯
- 牛乳
- 中華どんぶり
- 揚げごぼうのごまだれかけ

