

令和元年6月

日	曜日	昼 食	夕 食
1	土	煮込みハンバーグ ・ 生野菜 ・ 五目ビーフン ・ ポテ玉チーズ	チキンピラフ ・ チキンカツ ・ 生野菜
2	日	パンとおにぎり 牛乳	親子丼 ・ お浸し
3	月	肉じゃがコロッケ ・ ささみ明太が ・ 生野菜 ・ 茄子とトマトのバス ・ おくらのおかか和え	鶏肉のハンガリア風 ・ ほうれん草のソテー ・ 揚げ出し豆腐 ・ 天つゆ
4	火	白身魚の葱ソース ・ 生野菜 ・ 筑前煮 ・ 茄子の挟み揚げ	冷やし中華 ・ メンチカツ ・ ヨーグルト
5	水	豚肉の味噌漬焼き ・ 生野菜 ・ 春雨の炒め物 ・ ちぼうサラダ	八宝菜 ・ トマトサラダ ・ 冷奴
6	木	麦ご飯 ・ 鶏肉のグリル ・ 生野菜 ・ ラタトゥユ ・ きゅうりの酢の物	ぶりのがーリックステーキ ・ 生野菜 ・ 肉じゃが ・ 肉団子スープ
7	金	豚肉のポン酢炒め ・ 卵サラダロールカツ ・ 小松菜のごま和え	チキン南蛮 ・ 生野菜 ・ 具だくさんみそ汁
8	土	パン2個 と コーヒー牛乳	けんちん汁 ・ 手羽先焼き
9	日	パンとおにぎり 牛乳	ハヤシライス ・ 漬け物
10	月	チキンカツ丼	鶏手羽元とじゃが芋の煮物 ・ きゅうりの塩昆布和え
11	火	鯖の塩焼き ・ ささみ立田梅しそ揚げ ・ 生野菜 ・ ゴーヤジャポニ ・ いかの竜田揚げ	炊き込みご飯 ・ 山賊焼き ・ 野菜の即席漬け ・ 清まし汁
12	水	ホイコーロー ・ 中華サラダ ・ 果物 ・ ミニドッグ	チキンピカタ ・ 生野菜 ・ ジャーマンポテト ・ みそ汁
13	木	ユーリンチー ・ 生野菜 ・ 茄子のみそ炒め ・ 春巻き	ミートソーススパゲティ ・ とんかつ ・ 生野菜
14	金	豚肉のキムチ炒め ・ がね(さつま芋のかき揚げ) ・ お魚ハンバーグ	魚の南蛮漬け ・ 豚肉の辛味ソース ・ かき玉汁
15	土	のり弁	他人丼 ・ お浸し
16	日	パンとおにぎり 牛乳	チキンカレー ・ ヨーグルト
17	月	鶏肉の竜田揚げ ・ 生野菜 ・ 千切り大根のスパゲティ ・ 煮卵	豚肉の生姜焼き ・ 生野菜 ・ 果物 ・ ミネストローネ
18	火	きびなごササキ ・ チーズ炒め大葉巻き ・ 麻婆豆腐 ・ きゅうりのおかかあえ	焼きうどん ・ ポトフ ・ ヤクルト
19	水	チキンサラダ ・ 里芋と厚揚げの煮物 ・ ツナ入卵焼き	お誕生会メニュー(唐揚げ ・ 海老フライ ・ ウィナー ・ 生野菜 ・ 和オムレツ ・ ケーキ)
20	木	豚肉のカレー炒め ・ お好み焼き ・ たたききゅうり	デミグラハンバーグ ・ ポテト ・ ブロッコリー ・ かぼちゃのスープ
21	金	酢鶏 ・ 菜種和え ・ 果物 ・ ゴーヤと小魚の佃煮	鱈フライ ・ 鶏の天ぷら梅しそ ・ 生野菜 ・ 野菜炒め ・ 牛乳
22	土	チキンバー甘辛 ・ 生野菜 ・ ロールキャベツ ・ ブロッコリーのマヨ焼き	そばろ丼 ・ 清し汁
23	日	パンとおにぎり ・ コーヒー牛乳	ビーフカレー ・ ヨーグルト
24	月	チーズロールカツ ・ 生野菜 ・ 高野豆腐の親子煮 ・ 海藻サラダ	カツ丼 ・ みそ汁
25	火	鯖の味噌煮 ・ 里芋の煮物 ・ 豚肉と卵のオムレツ炒め ・ もやしのナムル	ソース焼きそば ・ キャベツメンチカツ ・ ヤクルト
26	水	オムライス ・ スパイシー唐揚げ ・ ブロッコリー	鶏肉の柚子胡椒焼き ・ 野菜炒め ・ 肉じゃが ・ スーミータン
27	木	冷やしうどん ・ 鶏天 ・ デザート	カレイの中華マヨネーズ ・ コロッケ ・ 生野菜 ・ チンジャオロース
28	金	豚肉とキャベツの炒め物 ・ マカロニサラダ ・ そぼろ入卵焼き	鶏肉の薬味ソース ・ 生野菜 ・ 豚汁
29	土	とんかつ ・ 生野菜 ・ 千切り大根煮 ・ コーンクリームコロッケ	ピビンバ ・ キムチ漬け
30	日	パンとおにぎり 牛乳	クリームシチュー ・ 漬け物

※ メニューの変更があるかもしれません。 ご協力をお願いします。