

令和元年6月

月	火	水	木	金
3 すき焼き風煮 キャベツのごま和え とうもろこし	4 高菜ぶた肉丼 ワンタンスープ メロン	5 たらのケチャップがらめ 白菜のおひたし 切干し大根の炒り煮	6 黒糖パン かぼちゃひき肉フライ 枝豆サラダ 野菜のスープ煮	7 とり肉と春雨の炒め物 きゅうりの風味漬け みそ風味スープ
				
10 カレーライス コールスロー 小魚	11 わかめご飯 関東煮 ツナサラダ ヨーグルト	12 さけの塩焼き にんじんのきんぴら たぬき汁	13 ミルクパン ポークビーンズ アスパラガスのサラダ パイナップル	14 ホキのカレーマリネ 白菜の信田和え 大根のスープ
				
17 とり肉の塩こうじ焼き 三色和え わかめのみそ汁	18 コロッケ(ソース) オニオンレタリングサラダ あんかけ汁	19 厚揚げの中華炒め ごぼうサラダ 手作りふりかけ	20 味付けパン 冷凍みかん 肉団子とかぼちゃの米粉シチュー かんぴょうサラダ	21 さばの照り焼き じゃがいものそぼろ煮 白菜のレモン和え
				
24 とり肉の黒酢ソース 塩昆布和え すまし汁	25 混ぜたらチャーハン マカロニサラダ 中華スープ	26 しそご飯 なすのみそ汁 さわらの韓国焼き ひじきの炒り煮	27 ハムポテサンドイッチ(コッペパン) 野菜とビーフンのスープ 青梅ゼリー	28 マーボー豆腐 揚げぎょうざ ミニトマト
				