



2019年6月献立表



		昼 食	
日	曜	おかず	ごはん
1	土	*****	
2	日	*****	
3	月	鮭の磯辺揚げ・切干大根・ウィンナー・卵焼き	白ご飯
4	火	唐揚げ・ジャガイモのきんぴら・コールスロー・卵焼き	ふりかけご飯
5	水	里芋の煮しめ・きゅうりとツナサラダ・ちくわの磯辺揚げ・卵焼き	白ご飯
6	木	肉じゃが・ざぜん豆・とんかつ・卵焼き	おにぎり
7	金	マカロニサラダ・かぼちゃの煮物・とり天・卵焼き	高菜飯
8	土	*****	
9	日	*****	
10	月	唐揚げ・スパゲティ・ポテトフライ	たまごサンド
11	火	れんこんサラダ・ミートボール・ざぜん豆・卵焼き	白ご飯
12	水	焼きそば・ほうれん草のごま和え・卵焼き	おにぎり
13	木	鮭の塩焼き・高野豆腐の天ぷら・ナゲット・卵焼き	白ご飯
14	金	豚肉入りニラ玉・ひじきの煮物・白身フライ・卵焼き	白ご飯
15	土	*****	
16	日	*****	
17	月	ナポリタン・とんかつ・もやしのナムル・卵焼き	白ご飯
18	火	チキンカツ・ピーマンとウィンナー炒め・切干大根・卵焼き	ふりかけご飯
19	水	エビフライ・うの花・人参きんぴら・卵焼き	チキンライス
20	木	里芋のそぼろ煮・ナスの磯辺揚げ・ハンバーグ・卵焼き	白ご飯
21	金	ポテトサラダ・かぼちゃのそぼろあんかけ・豚の生姜焼き・卵焼き	白ご飯
22	土	*****	
23	日	*****	
24	月	肉じゃが・ミートボール・ちくわの磯辺揚げ・卵焼き	おにぎり
25	火	マカロニサラダ・白身フライ・れんこんのきんぴら・卵焼き	白ご飯
26	水	唐揚げ・ざぜん豆・かぼちゃの煮物・卵焼き	ピラフ
27	木	鮭の塩焼き・ウィンナー・ツナときゅうりのサラダ・卵焼き	白ご飯
28	金	こんにゃくのきんぴら・とり天・スパゲティサラダ・卵焼き	白ご飯
29	土	*****	
30	日	*****	

※ 食材の都合で内容を変更することがあります。

