

# 6月

## ノーボーダース

					1 土 ごはん
					ハンバーグ 焼きそば がんも煮 切干大根煮・練り梅 漬物・フルーツ
3 月 ごはん	4 火 懐ごはん(なめし)	5 水 ごはん	6 木 枝豆ごはん	7 金 ごはん	8 土 ごはん
イカカツ たこウィンナー ビーフソテー 小松菜の煮浸し フルーツ	ハンバーグ おからポテト スパゲティソテー コールスローサラダ フルーツ	鶏肉とじゃが芋のケチャップ炒め エビフライ ブロッコリー 胡瓜と若布の和え物 フルーツ	野菜コロッケ チリソースボール キャベツのゆかり和え 豆腐チャンプル フルーツ	鶏肉の味噌焼き 焼売 青菜コーンとえ 切干大根のカレー炒め フルーツ	チキンカツ ナポリタンスパゲティ 信田巻き煮 根菜煮・金山寺味噌 漬物・フルーツ
10 月 ごはん	11 火 ごはん	12 水 懐ごはん(ゆかり)	13 木 塩むすび	14 金 ごはん	15 土 ごはん
チキンリング 野菜肉巻き 焼きうどん ジャーマンポテト フルーツ	ソース豚カツ 人参煮 キャベツソテー 筍おかか煮 フルーツ	サバの塩焼き コーンボール 青菜ソテー マカロニサラダ フルーツ	豚すき煮 焼き豆腐 枝豆 ひじきとツナのサラダ フルーツ	鶏の唐揚げ 粉ふき芋カレー風味 野菜炒め 大根金平 フルーツ	エビカツ 焼きそば がんも煮 白菜和え・ごぼう巻き 漬物・フルーツ
17 月 ごはん	18 火 おにぎり	19 水 ごはん	20 木 懐ごはん(なめし)	21 金 ごはん	22 土 ごはん
一口白身魚フライ 蒸しとうもろこし 金平ごぼう ミートペンネ フルーツ	星コロッケ ウィンナー マカロニ和風ソテー コーンサラダ フルーツ	タンドリーチキン 南瓜煮 ブロッコリーソテー ツナ大豆煮 フルーツ	味噌味つくね レンコンの天ぷら 焼きそば 野菜のケチャップソテー フルーツ	野菜春巻き ミートボール ビーフソテー 若布の酢の物 フルーツ	野菜コロッケ・ハムステーキ 焼きそば 切干大根煮 半平煮・もずく酢 漬物・フルーツ
24 月 ごはん	25 火 懐ごはん(ゆかり)	26 水 ごはん	27 木 塩むすび	28 金 ごはん	29 土 ごはん
エビカツ 粉ふき芋 キャベツソテー 青菜とウィンナーソテー フルーツ	酢鶏 さくら焼売 ブロッコリー 高野豆腐煮 フルーツ	サケの照焼き チキンナゲット 焼きそば ポテトサラダ フルーツ	豚肉の生姜焼き 大学芋 枝豆 ひじき煮 フルーツ	コーンコロッケ ハムステーキ カレースパソテー ピーマン肉味噌炒め フルーツ	メンチカツ ナポリタンスパゲティ 五目巾着煮 ひじき煮・笹かまぼこ 漬物・フルーツ

☆食材仕入れの都合により多少変更することがございます

