



こんだてひょう



月	火	水	木	金
			6月1日	6月2日
			ごはん 豚の甘辛炒め 小松菜シメジ和え 味噌汁 果物	味噌うどん 青のりポテト 果物
6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月9日
ハヤシライス ほうれん草ツナ和え 果物	ごはん メンチカツ キュウリ中華和え 味噌汁 果物	ジャムサンド チキングラタン チンゲン菜コーン和え スープ 果物	ごはん たらのごま焼き 小松菜ツナマヨコーン 味噌汁 果物	ナポリタン ツナとキャベツの和え物 果物
6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月16日
ふりかけご飯 すき焼き風煮 ブロッコリー胡麻和え 味噌汁 果物	ごはん マーボー豆腐 チンゲン菜エビ炒め 中華風スープ 果物	野菜ちゃんぽん 白菜とささみのごまみそ和え 果物	ごはん 鶏肉竜田揚げ 無限人参 スープ 果物	鮭の三色丼 小松菜揚げびたし 味噌汁 果物
6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日
さつま芋カレー 大根ナムル 果物	塩焼きそば チンゲン菜肉みそあん 果物	ロールパン たらのクリーム煮 アスパラソテー ミネストローネ 果物	ごはん 鶏肉の治部煮 味噌マヨキュウリ 中華風スープ 果物	ごはん 炒め納豆 小松菜とツナナムル風 味噌汁 果物
6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日
ワカメうどん きなこポテト 果物	ごはん 豚肉生姜炒め ほうれん草のり和え けんちん汁 果物	とうきびごはん 鮭のムニエル 小松菜ごま和え 味噌汁 果物	おにぎり ハンバーグ 卵焼き・エビフライ風 ブロッコリー・ミニトマト 果物	ピピン丼 じゃがいも含め煮 スープ 果物