

これまでのこんだて

h30 6月



6月1日

ご飯 牛乳
鶏のねぎソース
焼き
ブロッコリーの
炒め物
スーミータン
チーズ



6月4日

ご飯 牛乳
赤魚塩麹焼き
挽肉と春雨の
炒め物
ほうとう汁
オレンジ



6月5日
 わかめご飯
 牛乳
 五目豆腐
 ハンバーグ
 鶏とナッツの
 炒め物
 すまし汁



6月6日
 ご飯 牛乳
 鰯の香味焼き
 白菜サラダ
 きくらげの
 卵スープ
 冷凍
 パイナップル



6月7日
 きつねうどん
 (ソフト麺)
 牛乳
 白身魚
 フリッター
 じゃがいもの
 そぼろ煮



6月8日
 ご飯 牛乳
 鶏肉のトマト
 ソース焼き
 アスパラサラダ
 キャベツと帆立の
 ミルクスープ



6月11日
 ご飯 牛乳
 いわしの
 蒲焼き
 きゃべつ
 ごま酢和え
 五目豆



6月12日
 食パン 牛乳
 ママレードジャム
 ミートオムレツ
 チンゲン菜の
 ソテー
 ポテトのカレー
 スープ



6月13日
 ご飯 牛乳
 チーズはんぺん
 フライ
 ブロッコリーの
 おかかのり和え
 おこげ入り
 五目スープ



6月14日
 ご飯 牛乳
 ますのごま風味
 焼き
 きやべつの
 甘酢和え
 肉団子スープ
 チーズ



6月15日
 ご飯 牛乳
 豚肉のチーズ
 焼き
 じゃことコーンの
 ナムル
 根野菜のスープ



6月18日
 ご飯 牛乳
 鮭のしそ焼き
 のり酢和え
 豆入り肉じゃが
 メロン



6月19日
 境町産の麦ご飯
 県産納豆 牛乳
 鶏レモンソース
 焼き
 きゃべつの
 たくあん和え
 みそ汁



6月20日
 親子煮
 (玄米ご飯)
 牛乳
 ゆばのすまし汁
 ブルーベリー
 ヨーグルト



6月25日
 ご飯 牛乳
 ほきにんにく
 醤油焼き
 アスパラと牛肉
 のオイスター炒め
 ごまみそ汁



6月26日
 食パン 牛乳
 いちごジャム
 鶏肉のアドボ
 フレンチサラダ
 南瓜と豆の
 シチュー



6月27日
チキンカレー

(麦ご飯)

牛乳

きやべつと

きのこのマリネ

ヨーグルト



6月28日

ご飯 牛乳

かつおの香り煮

ひじきの胡麻

ドレサラダ

にら玉スープ

オレンジ



6月29日
ご飯 牛乳
揚げ餃子
厚揚げともやしの
炒め物
チンゲン菜の
スープ