

これまでのこんだて

h27

6月



ご飯 牛乳

マスの胡麻
風味焼き

牛肉とアスパラの
オイスター炒め

味噌汁

キウィ



麦ご飯 牛乳

豚肉の
パン粉焼き

シーザーサラダ

かぼちゃのスープ

スイカ



ご飯 牛乳

かに玉の
甘酢あんかけ

五目豆

肉団子スープ



ご飯 牛乳

鶏の梅風味焼き

カリフラワーの
サラダ

白身魚のスープ



ご飯 牛乳

カレイの
竜田揚げ

枝豆とひじきの
炒め物

野菜スープ

バナナ



ご飯 牛乳

烏賊の香味焼き

チャーチャン豆腐

アサリとキャベツ
のスープ



ご飯 牛乳
揚げ餃子
わかめとツナ
の和え物
ほうとう汁



ご飯 牛乳
いわしの蒲焼
人参胡麻味噌
サラダ
豚汁



かきたまうどん
(ソフト麺・汁)

牛乳

牛肉とごぼうの
炒り煮

オレンジ



ご飯 牛乳

豚肉のなんぶ焼き

じゃがいもの
胡麻和え

五目かきたま汁

茨城産メロン



ご飯 牛乳

あじの塩麹焼き

境産くうしんさい
のソテー

境産大豆入り
肉じゃが



コッペパン 牛乳

ブルーベリー
ジャム

スパニッシュ
オムレツ

かぼちゃのサラダ

境産キャベツの
カレースープ



6月17日

ご飯 牛乳

ほたてフライ

ひじきの胡麻
ドレサラダ

味噌ワントン
スープ

茨城産メロン



6月18日

ご飯 牛乳

鶏のねぎ塩焼き

アスパラガスの
胡麻和え

境産カリフラワー
のスープ

チーズ (2個)



境産ご飯 牛乳

キングボークの
ビリ辛焼き

境産キャベツの
サラダ

境産野菜の
ミネストローネ



ご飯 牛乳

かつおの照り焼き

湯葉入りおひたし

豚肉のはりはり汁

甘夏ゼリー



ご飯 牛乳

とりにくの
レモンソース揚げ

厚揚げの
カレー炒め

ほたてと
キャベツ
のスープ



ご飯 牛乳

いなだの味噌焼き

ほうれん草の
大豆和え

豆腐の旨煮

オレンジ



梅山脈の
ミートソース
スパゲティ

牛乳

ゆで野菜サラダ

野菜スープ



ビーフカレー

麦ご飯

牛乳

レンコンの
味噌サラダ

ヨーグルト



ご飯 牛乳

おろし人参と
チーズの卵焼き

パンパンジー

根菜汁



ご飯 牛乳

肉炒め

キャベツナムル

なめこ汁

桃のヨーグルト