

週間献立表

6月21日		6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日
日		月	火	水	木	金	土
朝	御飯 味噌汁 がんもの煮物 チンゲン菜の和え物 牛乳 	御飯 味噌汁 厚焼き玉子 カリフラワーの和風ピクルス 牛乳	パン コンソメスープ ポテトエビグラタン フルーツ 牛乳 	御飯 味噌汁 かにのふわふわ豆腐 コールスローサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 笹かまぼこ 小松菜の和え物 牛乳 たまごソース	パン ポタージュ 焼き豚 フルーツ 牛乳 	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 オクラのなめたけ和え 牛乳
昼	★父の日★ ビーフカレー アボカドサラダ ももゼリー 福神漬け 	御飯 トンカツ ゴーヤチャンプル 大根のゆかり和え	御飯 鰯の柚子ドレッシング かけ 冬瓜と豚肉の煮物 菜の花の辛子風味	菜めし御飯 メバルの焼き浸し 茄子の肉味噌炒め 白菜の柚子風味 	御飯 牛肉の五目炒め 蒸し餃子あんかけ きゅうりの酢の物	御飯 白身魚のフライ 煮物盛 白和え 	御飯 和風ハンバーグ コンソメ煮 マカロニサラダ
タ	御飯 カレイの照焼 中華風酢物 ひじき煮 	御飯 ホキのもろみ焼 豚キムチ炒め 冷ややっこ 	御飯 鶏の唐揚げネギソース 水菜のサラダ 白菜の和え物 	御飯 ポークソテー じゃが煮 アスパラサラダ	御飯 タラのバター焼き 切り昆布と大豆の煮物 畑菜のドレッシングかけ 	御飯 磯辺チキンピカタ 金平大根 トマトのマリネ	御飯 鯖の塩焼き 里芋のうま煮 白菜の和え物 