

6月30日

牛乳、ご飯、コーンの五目炒め、焼きししゃも、冷凍みかん



6月29日

牛乳、ハヤシライス、こんにゃく寒天のサラダ、チキンナゲット



6月28日

牛乳、ご飯、豆腐チゲ、鶏肉の唐揚げ、胡瓜のごま塩和え



6月27日

飲むヨーグルト、ご飯、中華スープ、テジプルコギ、ごま団子



6月24日

牛乳、ガバオ風ライス、ツナサラダ



6月23日

牛乳、ご飯、レタスのスープ、豚カツ、キャベツのソテー



6月22日

牛乳、ご飯、豚じゃが、鮭フライ、胡麻和え



6月21日

牛乳、鴨肉カレー、秋刀魚の塩焼き、小松菜のお浸し、レモンゼリー



6月20日

牛乳、おにぎり、かやくうどん、鯖の生姜揚げ、塩ぼん酢和え





6月17日

牛乳、ご飯、鶏すき、コロッケ、のり和え



6月16日

牛乳、ご飯、厚揚げの中華煮、鱈の甘酢、フルーツミックス



6月15日

牛乳、ご飯、すまし汁、竹輪の磯辺揚げ、柚子和え



6月14日

コーヒー牛乳、ご飯、ポトフ、ハンバーグ、コーンサラダ



6月13日

牛乳、セルフチャーハン、五目スープ、豚肉のケチャップソース



6月10日

牛乳、ご飯、沢煮椀、蓮根のはさみ揚げ、人参しりしり



6月9日

牛乳、ご飯、豚肉と大根の煮物、たこ焼き、白菜のたいたん



6月8日

牛乳、ご飯、クリームシチュー、焼きフルーツ、ツナのマリネ



6月7日

牛乳、ご飯、冬瓜のスープ、春巻き、豚キムチ





6月6日

牛乳、ご飯、輪切りいかの生姜煮、さつまいもスティック、白菜のお浸し



6月3日

牛乳、おにぎり、味噌ラーメン、肉団子の酢豚風、型抜きチーズ



6月2日

牛乳、ご飯、白菜の味噌汁、鯖の塩焼き、チンゲンサイの和え物



6月1日

牛乳、豆ご飯、わかめスープ、ナムル、チキン南蛮、みかんゼリー

