

R3年6月

令和3年度 献立予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 ごはん ぶりのマヨ照焼 白和え(なす) 桜漬	2 どさんこ風(味噌) きゅうりと人参の甘酢 さつまいもの甘煮	3 ごはん ビーフシチュー 生野菜サラダ	4 ごはん カレーの唐揚げ 中華あえ(春雨) ゼリー	5
6	7 ごはん チキンソテー きゅうり・人参の甘酢	8 カレーうどん 卵豆腐 ごま和え(青菜)	9 ごはん 一口カツ きゅうりのゆかり和え	10 ごはん プレーンオムレツのクリー ムソースかけ 白和え(ほうれん草)	11 ごはん 焼き肉(ピーマン) きんぴらごぼう プッチンプリン キムチ	12
13	14 マジックライス(備蓄食) 肉じゃが(備蓄食) 野菜スープ(備蓄食)	15 ごはん よせ鍋風 しゅうまい バナナ	16 ごはん あじの南蛮漬 お浸し(青菜) フルーチェ	17 肉そば 南瓜の煮付 煮なます	18 ごはん チキンかつ 炒り煮(切干)	19
20	21 ごはん 牛肉味噌炒め きんぴらごぼう	22 ごはん ぶりのもろみ焼(青菜) きゅうり(卵・人参)の甘酢	23 ごはん ミンチカツ 小芋の煮付 ゼリー	24 ごはん 焼き肉(ピーマン) ごまあえ(白菜) キムチ	25 中華そば(豚肉) 奴とうふ きゅうりの甘酢	26
27	28 ごはん チキンソテー(照焼風) ひじきの炒り煮 オレンジ	29 ざるうどん 白菜と揚げの甘酢 さつまいもの甘煮	30 ごはん えびと夏野菜の天ぷら きゅうりのゆかり和え 天つゆ			