

きゅうしょくもくひょう

て
手を

あら
きれいに洗おう

6月こんだて



月		火		水		木		金		土	
		3		4		5		6		7	
★ 振替休日 ★		ごはん あじのさんが焼き ごま和え 具たくさんみそ汁		2色揚げパン ポークビーンズ れんこんサラダ		ほいこーろーどん 回鍋肉丼 にらたまスープ キャベツのレモン じゃこ和え		ごはん 鮭のパン粉焼き いとかんてん 系寒天サラダ トマトとマカロニのスープ うめゼリー		★ 休日 ★	
9		10		11		12		13		14	
ちゅうか 中華おこわ タンホアタン ひじきのナムル		ごもく 五目あんかけ焼きそば パリパリサラダ あじさいゼリー		ごはん ぶりの照り焼き きりぼしだいこん 切干大根のオイスター ソース炒め いた 豆腐のすまし汁		ビスキュイパン はくさい 白菜のクリーム煮 ツナ入りコーンサラダ れいとう 冷凍パイン		ごはん いかのかりんと揚げ やさい 野菜とひじきの和え物 みそ汁		キムタクごはん はるさめ 春雨スープ しよく 3色ナムル ぼうぎょうぞう 棒餃子	
16		17		18		19		20		21	
みそラーメン ゆず風味おひたし さつまいもチップス		ごはん ハニーマスタードチキン バターコーンポテト トマトスープ		ゆかりごはん とり 鶏とコーンの揚げ煮 いとかんてん 系寒天のゴマ酢和え みそ汁		げんき 元気もりもり丼 もずくのすまし汁 さくらんぼ		ピザトースト マセドアンサラダ ホワイトシチュー		★ 休日 ★	
23		24		25		26		27		28	
ごはん あじのフライ ゆかり和え さつま汁		ビビンバ トックスープ べにこだま 紅小玉すいか		ジョア カレーライス フレークサラダ すもも		きんぴらごはん わふう 和風サラダ いしかりじろ 石狩汁		ミートスパゲティー いもかぼサラダ メロン		★ 休日 ★	
30											
ごはん のりの佃煮 豆腐のカレー煮 にんじんサラダ											



