

6月

2015年

日	月	火	水	木	金	土
	1日 麦ご飯 わかめスープ 魚バジル焼き スンシー炒め サラダ	2日 あわご飯 沖縄そば 貝柱フライ 人参シシリー おから	3日 炊き込みご飯 味噌汁 鰯焼き 冬瓜そぼろ煮 和え物	4日 麦ご飯 ゆし豆腐 グルクンの天ぷら 酢の物 キャベツ味噌炒め	5日 あわご飯 味噌汁 豚肉しょうが焼き からし菜炒め サラダ	6日 芋ご飯 味噌汁 チキン照り焼き 干びょう炒め ゴマ和え
7日	8日 あわご飯 ソーメン汁 チキンケチャップ煮 へちま煮 サラダ	9日 麦ご飯 味噌汁 魚煮付け 大根炒め 和え物	10日 あわご飯 うどん汁 天ぷら ゴーヤ-卵とじ	11日 麦ご飯 豚汁 焼き鳥 ポテト炒め 和え物	12日 散らし寿司 アーサ汁 魚シソ巻き揚げ 豆腐チャンプルー 和え物	13日 麦ご飯 味噌汁 焼きほっけ エンサイ炒め 和え物
14日	15日 麦ご飯 ソーキ汁 鮭ソテー キャベツ炒め 酢の物	16日 あわご飯 ゆし豆腐 ゴーヤ肉詰め天ぷら 干びょう炒め もずく和え	17日 麦ご飯 レバー汁 鶏肉野菜巻き フーチャンプル 大根シシリー	18日 あわご飯 味噌汁 魚塩麴ソテー 金平ごぼう ゴマ和え	19日 麦ご飯 味噌汁 メンチカツ 冬瓜カニそぼろあん マグロ和え	20日 あわご飯 うどん汁 煮付け ゴーヤチャンプルー ゼリー
21日	22日 麦ご飯 アーサ汁 チキンバジルソテー 八宝菜 マッシュポテト	23日 あわご飯 魚汁 焼き餃子 パパイア炒め ゴマ和え	24日 麦ご飯 味噌汁 魚煮付け えんさい炒め ヨーグルト和え	25日 たきこみご飯 ソーメン汁 串刺し揚げ 豆腐チャンプルー ツナ和え	26日 あわご飯 沖縄そば わかさぎ揚げ おから ピーマンソテー	27日 麦ご飯 味噌汁 魚ピカタ ポテトソテー マカロニソテー
28日	29日 麦ご飯 味噌汁 茄子挟み揚げ 筑前煮 和え物	30日 あわご飯 てびち汁 鶏肉の塩麴焼き 人参シシリー 甘酢和え				

材料その他の都合により献立を変更する場合があります