

6月

2016年

日	月	火	水	木	金	土
			1日 麦ご飯 沖縄そば シュウマイ揚げ 大根炒め マグロ和え	2日 あわご飯 味噌汁 魚の煮付け えんさい炒め インゲンのゴマ和え	3日 ちらし寿司 ゆし豆腐 煮付け 春雨炒め 元気ヨーグルト	4日 麦ご飯 卵スープ 魚のムニエル ポテトソテー サラダ
5日	6日 麦ご飯 味噌汁 鯖の味噌煮 フーチャンプルー 春雨和え	7日 あわご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き からしな炒め ヨーグルト和え	8日 麦ご飯 味噌汁 ぐるくん天ぷら ソーメンチャンプルー 甘酢和え	9日 あわご飯 魚汁 串さし揚げ 鶏ごぼうそぼろ ゴマ和え	10日 炊き込みご飯 うどん汁 焼き秋刀魚 ゴーヤーチャンプルー 大根しりしりー	11日 麦ご飯 アーサ汁 ソーキケチャップ煮 筑前煮 マッシュポテト
12日	13日 芋ご飯 味噌汁 かき揚げ ヘチマウブサー 和え物	14日 麦ご飯 野菜スープ 鮭ソテー 人参しりしりー ゴマ和え	15日 あわご飯 味噌汁 豚肉生姜焼き 干びょう炒め サラダ シークワサーザレ	16日	17日	18日
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
26日	27日	28日	29日	30日		

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