



今月の献立



1 火	8 火	15 火	22 火	29 火	牛肉と竹の子入り春雨炒め D A 野菜のピーナッツ和え D B じゃが芋のそぼろあん D C	肉団子の柚子風味野菜あん L A 若芽とオクラの酢の物 L B 油揚げの玉子とじ L C
2 水	9 水	16 水	23 水	30 水	鶏のちゃんちゃん焼き L A じゃが芋と枝豆のおかかマヨ L B 大根とウインナーの洋風煮 L C	鶏肉と白菜の中華炒め D A キャベツの白ドレ和え D B 五色煮豆 D C
3 木	10 木	17 木	24 木	31 木	ハヤシライス D A キャベツの麻婆あんかけ D B 切干と人参のハリハリ D C	牛肉とキャベツの炒め物 L A オクラのポン酢ジュレ和え L B 春雨と鶏肉の煮物 L C
4 金	11 金	18 金	25 金		ロールキャベツの中華風 D A 法蓮草 D A' インゲンのごま和え D B 鶏肉と蓮根の青のり炒め D C	
5 土	12 土	19 土	26 土		鶏肉のサルサ風ソース L A オクラのパペロンチーノ L A' キャベツとザーサイのナムル L B ツナじゃがバター L C	
6 日	13 日	20 日	27 日		やわらかハンバーグ D A 法蓮草のおひたし D A' 白菜と若芽のピリ辛和え D B 大豆とキャベツのコンソメ煮 D C	
7 月	14 月	21 月	28 月		ハンバーグのバジルトマトソース L A 枝豆と人参のあっさり煮 L A' きんぴら L B 麩と野菜の煮物 L C	ささみ大葉フライ L A インゲンと人参のグラッセ L A' カリフラワーとウインナーのカレー煮 L B 味噌ジャガ煮 L C