

2025年

きんもくせい6月のメニュー

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
鰯と根菜の炒め煮 南瓜のいところ煮	鶏むね肉のごま焼き あっさりひじきの 煮物	鮭の中華蒸し トマトと卵の サンラータン風	枝豆入り チキンナゲット 焼なすの煮浸し	パエリア カラフル野菜の ピクルス
9	10	11	12	13
酢豚 マカロニサラダ	白身魚のかぶらあん 長芋のたらこ和え	中華風カオマンガイ レタスとカニカマの 旨塩和え	塩鮭の ジャーマンポテト風 人参としめじの きんぴら	豚肉と大根の 甜麺醬煮 胡瓜のさっと炒め
16	17	18	19	20
えのき豚 ゆで野菜の アツアツねぎ油がけ	ミックスフライ ブロッコリーの ごま和え	蓮根つくね 長芋のそばろ煮	えび焼売 中華サラダ	ごまだく豚バラ ピーマン アンチョビ風ポテト
23	24	25	26	27
かじきの ガーリック炒め ジャーマンポテト サラダ	ロールキャベツ さつま芋と 切り昆布の煮物	山菜ちらし寿司 鮭と茄子の めんつゆ漬け	豚肉と厚揚げの 豆苗煮 ズッキーニの だし炒め	エビマヨ 炒り豆腐

7日(土) 三色丼 21日(土) キーマカレー