



6月の「元気ができるメニュー」



| 日にち | 曜日 | メニュー |
|-----|----|--|
| 1 | 月 | 蒸し鶏の香味野菜ソース |
| 2 | 火 | 鶏ささみ揚げ紅生姜入り おろしだれ |
| 3 | 水 | ロールキャベツ トマトソース煮 |
| 4 | 木 | つみれ豆腐の揚げ出し オクラとろろがけ |
| 5 | 金 |  茄子と豆腐の揚げ出し |
| 8 | 月 |  ベーコン、じゃが芋、野菜のコンソメ煮 |
| 9 | 火 | 豚しゃぶ 胡麻だれソース |
| 10 | 水 | 白身魚のフライ ヴィネグレットソース |
| 11 | 木 | 玉ねぎとじゃが芋の豚肉あん |
| 12 | 金 | 白身魚の衣揚げ 野菜黒酢あん |
| 15 | 月 | 豆腐ハンバーグと茄子の揚げ出し |
| 16 | 火 | 鶏肉と大根のそぼろ煮 |
| 17 | 水 | 鶏むね肉とブロッコリーのオイスターソース炒め |
| 18 | 木 |  蒸し鶏と茹で野菜の和風生姜ソース |
| 19 | 金 | 葛飾の学校給食メニュー 夏野菜のミートソーススパゲティ |
| 22 | 月 | 豚肉の南蛮漬け |
| 23 | 火 |  根菜麻婆 |
| 24 | 水 |  鶏むね肉とピーマンの中華炒め |
| 25 | 木 | イカとキャベツの唐辛子醤油炒め |
| 26 | 金 |  豚しゃぶ 梅ソース |
| 29 | 月 |  豆腐チャンプルー |
| 30 | 火 |  揚げ茄子のトマト煮 |

メニューの紹介



写真のメニューは
「ロールキャベツ
トマトソース煮」



写真のメニューは
「豚しゃぶ
胡麻だれソース」

1食分で野菜(きのこ・
海藻を含む)を200g以
上使用しているメ
ニューです



*メニューは都合により変更することがあります。

*売切れ次第終了になります。

