

工房みどりの風
2022年6月 給食献立表

月	火	水	木	金
		1 ひやしかんこくめん えだまめ オレンジアンニン 665kcal	2 ごはん けんちんじる やきざかな にまめ あじぼんかけ 634kcal	3 ごはん みそしる ぶたしょうがやき マッシュポテト かんでんすの 620kcal
6 ごはん いもにじる カレーあげ みずなサラダ 627kcal	7 スパゲティボンゴレ グリーンサラダ とうふのレアチーズケーキ コーヒー 616kcal	8 ごもくすし なすソーメン とうふサラダ メロン 651kcal	9 グリーンカレー なすごまずあえ カフェオレ オレンジゼリー 624kcal	10 ごはん すましじる とりつくね カレーポテトサラダ あさづけ 663kcal
13 チキンカレー ミモザサラダ すいか 677kcal	14 にしよくだん すましじる ごまどうふ ヨーグルト 619Kcal	15 やきとりどん みそしる あさづけ フルーツゼリー 647kcal	16 ごはん すましじる いりどうふ ひやしナポリタン あおなおひたし 678kcal	17 かれーつけそば ひややっこ フルーツヨーグルト ウーロンちゃ 606Kcal
20 ごはん みそしる わふうハンバーグ さつまいもサラダ 640kcal	21 このはどん みそしる シルバーサラダ かぼちゃのもの 622kcal	22 パン オニオンスープ ミートコロッケ サラダ プリンケーキ 653kcal	23 たきこみごはん みそしる やきはんぺん きんぴらごぼう ポテトサラダ 665kcal	24 ごはん みそしみそしる ハニーマスタード にざかな チキン フルーツサラダ 624Kcal 624kcal
27 ごはん みそしる しおやき スパゲティサラダ キウイ 636kcal	28 パン チキンチーズやき おからサラダ ニンジンゼリー コーヒー 622kcal	29 ごはん みそしる とりのてりやき かぼちゃサラダ みつまめ 620Kcal	30 パン やさいスープ チーズハンバーグ フルーツ 633Kcal	