ミズキャロット6月 メニュー

すすき野中学

	月	火	水	木	金
				1	2
日替わり				鶏のハニーマスタード焼き レタス添え ダ かぼちゃ煮 わかめの酢の物	豚しゃぶ はんぺんフライ 切り昆布煮 ポテトとソーセージのサラダ にんじんの韓国風和え物
カレー	チキンカツ				
	5	6	7	8	9
日替わり	タンドリーチキン ナポリタン ひじき煮 きゃべつのレモン風味サラダ ピリ辛こんにゃく	揚げめばるの香味ソース 大学いも ラタトゥユ 大根とにんじんの和風マヨサラダ 一夜漬け	チキン南蛮タルタルソース レタス添え カレービーフン コールスローサラダ 小松菜とエリンギのナムル	煮込みハンバーグ パスタ添え 京風切り干し大根 パンプキンサラダ もやしの搾菜和え	煮魚 かき揚げ 厚揚げとピーマンのみそ炒め フレッシュビーンズサラダ おひたし
カレー	チキンカツ				
	12	13	14	15	16
日替わり	豚肉ときのこのアラビ パスタ添え なごみきんぴら 海藻中華サラダ 青菜としめじのおひたし	名古屋風チキン味噌カツ トマト添え 中華冷や奴 人参の粒マスタードサラダ きくらげの佃煮	プルコギ にんじんのナムル 大根のほたてあん ごーやとツナの和え物 白菜のおかか和え	白身魚の フレッシュトマトソース さっぱりひじきサラダ 洋風煮物 わかめのナムル	チキンカツ キャベツ添え 季節の炊き合わせ 卵ポテトサラダ なます
カレー	チキンカツ				
	19	20	21	22	23
日替わり	鰆の塩麹焼き 野菜の天ぷら 厚揚げの煮物 マカロニサラダ わかめの生姜炒め	焼肉柚子胡椒味噌 フライドポテト 高野豆腐と野菜の含め煮 切り干し大根とツナのサラダ きゅうりの酢の物	鯖香味焼き にんじんしりしり 冬瓜そぼろあん マセドアンサラダ おひたし	揚げ鶏の香味ソース パプリカ添え 車麸の煮物 タイ風春雨サラダ 金時豆	メンチカツ キャベツ添え 五目きんぴら 大根と搾菜の和え物 きゅうりのねぎ塩
カレー	チキンカツ				
	26	27	28	29	30
日替わり	イタリアンチキン レタス添え 切り干し大根煮 きゃべつのごまじゃこサラダ 一夜漬け	ほっけの塩焼き 白いんげん豆とにんじんのサラダ ごーやチャンプルー 野菜ポテトサラダ きゅうりの辛子漬け	豚肉とカラフル野菜の香味ソース 切り昆布のピリ辛サラダ さつまいも甘煮 オランダこんにゃく	鯖の竜田揚げ 野菜甘酢お 高野豆腐の友禅炊 大根ときゅうりの薬味サラダ ごーやのおかか和	キーマカレー 白身魚フライ 茎わかめの煮物 かぼちゃサラダ もやしの梅肉和え
カレー	チキンカツ				

＊ 食材の都合により、献立が変更になる場合がございます。ご了承下さい。