～今週の献立表～

月

30日
- さばの塩焼き
- そぼろ大根
- 蒸しさつま芋
- ひじき

火

1日
- 揚げ出し豆腐
- とりめし
- きゅうりの酢の物
- 白身魚のフライ

※全てご飯付き

木

2日
- すき焼き風
- ゴマ豆腐
- ゆで玉子
- きゅうりの酢の物

木

3日
- 豚肉の生姜焼き
- 揚げ餃子、揚げしゅうまい
- 金平ごぼう
- 焼き茄子のおひたし

金

4日
- 鍋と大根厚揚の煮物
- あさりの有馬煮
- 焼き茄子のおひたし
- オクラのごま和え