

月 日 ~ 月 日

食材予約こんだて表【例】

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
主菜	お好み焼き	まぐろ納豆とろろ丼	豚肉の冷しゃぶ 茹で干切りキャベツと 夏野菜盛り	かじきまぐろの照焼き	蒸し鶏で冷やし中華
副菜	焼き厚揚げ 茹でとうもろこし	キャベツの浅漬け	焼きおにぎり	①蒸し鶏と切干大根 のコールスローサラダ ②じゃがいもとひき肉 の煮もの	南瓜の煮物
汁物・ その他	焼うどん	根野菜の千切りと 油揚げの味噌汁	もずくスープ	青のりのお味噌汁	

月 日 ~ 月 日

食材予約こんだて表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
主菜					
副菜					
汁物・その他					

