

# 平成30年 6月の食材メニュー (和みコース)



Aコース	1日 (金)
Bコース	2日 (土)
かれい塩焼	
あさひ納豆国産極小粒	
レンジでメンチカツ	
レタスサラダ	

Aコース	4日 (月)
Bコース	5日 (火)
氷温造りさわらの黒酢野菜あんかけ(骨取り)	
里芋煮	
豚肉と大豆のトマト煮	
野菜焼売(海鮮風味)	

Aコース	6日 (水)
Bコース	7日 (木)
赤魚とごぼうの煮付	
舞阪しらすのり佃煮	
紙包み豚肉と野菜の味噌仕立て	
スライスかぶ甘酢漬け	



Aコース	11日 (月)
Bコース	12日 (火)
天然ぶりの照焼	
国産割干大根の煮物	
餃子まんじゅう(にら)	
かにと三つ葉のやわらか蒸し	

Aコース	13日 (水)
Bコース	14日 (木)
かき揚げうどん	
鶏のチリソース	
海老豆	

Aコース	15日 (金)
Bコース	16日 (土)
きはだまぐろの中落ち	
彩り野菜信田	
鶏五目ご飯の素	
尚仁沢名水絹豆腐	

Aコース	18日 (月)
Bコース	19日 (火)
めばる梅煮	
国産小粒納豆	
チキンとチーズのオープン焼き	
ミートオムレツふっくら仕上げ	

Aコース	20日 (水)
Bコース	21日 (木)
焼さば	
小松菜のからし和え	
レンジDEスティックコロッケ	
玉ねぎサラダ	

Aコース	22日 (金)
Bコース	23日 (土)
レンジで調理!骨取り鮭のグラタン風	
黒豚のもっちりポテト包み	
鶏肉のひじき煮	
白身魚のチヂミてっぱん焼	

Aコース	25日 (月)
Bコース	26日 (火)
びんちょうまぐろ切り落とし	
ごぼう入りふんわり肉詰めいなり煮	
照焼煮込みハンバーグ	
スパゲティサラダ	

Aコース	27日 (水)
Bコース	28日 (木)
桜えびかき揚げ(タレ付)	
国産野菜お味噌汁(ほうれん草)	
レンジで簡単鶏肉と揚げなすのみぞれソース	
北の大豆もめん豆腐	

Aコース	29日 (金)
Bコース	30日 (土)
手もみ風ざるラーメン(香味醤油)	
氷温造りシルバー生姜醤油煮	
鳴門産茎わかめやわらか煮	