

めくめく出来たての昼食メニュー

5	15	月	白身魚フライ 春雨サラダ 煮豆
	16	火	ニラ玉あんかけ 切り干し大根の煮物 こんにゃくの甘辛煮
	17	水	お楽しみメニュー
	18	木	海老かき揚げとちくわの磯辺揚げ 揚げ茄子のにびたし きゅうりと塩昆布の胡麻あえ
	19	金	ズッキーニとチーズのオムレツ ポテトサラダ ごぼうのキンピラ
	20	土	かりかりイワシの野菜あんかけ リンゴと豆のきゅうりのサラダ かぼちやの煮物

食材仕入れによってメニューが変更することがあります。