



# ひろばのまんま

# 7月のめにゅ～予定表



日	月	火	水	木	金	土
障害者就労支援事業所 ひろばのまんま  むつ市柳町1丁目6-2 まちの駅「七福」内		1	2	3	4	5
		A 白身魚の野菜あんかけ B 回鍋肉	A 野菜のかきあげ B チキンステーキ (トマトソース)	A サバの味噌煮 B 串カツ	A アジフライ B チキンカレー	休 み
6	7	8	9	10	11	12
休 み	A 赤魚の煮付 B メンチカツ	A 八宝菜 B 鶏の唐揚げ	A ホタテフライ B 豚の生姜焼き	A タラの塩みぞれ煮 B チキン南蛮	A エビフライカレー B 和風ハンバーグ	休 み
13	14	15	16	17	18	19
休 み	A シーフードミックスフライ B 鶏の照焼き	A カレイの唐揚げ 香味ソース B チンジャオロースー	A アジの煮付 (生姜風味) B 焼鳥	A 白身魚のフライ B 豚すき	A 鮭のチーズ焼き B 牛スジカレー	休 み
20	21	22	23	24	25	26
休 み	休 み	A タラの中華蒸し B 蒸し鶏 (おろしポン酢)	A サワラの西京焼き B とんかつ	A がんもどきの煮物 B 鶏の山賊揚げ	A ホッケの塩焼き B ハンバーグカレー	休 み
27	28	29	30	31		
休 み	A かぼちゃコロケ B 炒り鶏	A アジの南蛮漬け B 酢豚	A サバの塩焼き B 鶏天	A 白身魚の天ぷら B 牛バラ焼き		

※ めにゅ～は時季や仕入れ状況により変更する場合がございます。毎週お届けする「今週のまんま」をご覧ください。直接ご確認ください。

TEL / FAX … 0175 - 34 - 9594

ご注文は当日 9 : 30 までをお願いします。