

☆ ひろばのまんま 7月のめにゅ～予定表 ☆

日	月	火	水	木	金	土
障がい者 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 TEL / FAX … 0175 - 34 - 9594 ご注文は当日9:30までをお願いします			1	2	3	4
			A 豆腐バーグ B 豚バラの ネギ塩ソースがけ	A 鮭の塩焼き B 鶏の唐揚げ	A サバの味噌煮 B エビフライカレー	休み
5	6	7	8	9	10	11
休み	A ブリの照焼き B チキンソテー	A ホッケの塩焼き B チンジャオロースー	A 赤魚の煮つけ B 鶏の山賊揚げ	A ブリ大根 B アジの唐揚げ	A サバの塩焼き B ポークカレー	休み
12	13	14	15	16	17	18
休み	A かぼちゃコロッケ B 豚生姜焼き	A サワラ西京焼き B 油淋鶏	A カレイの煮つけ B 豚キムチ	A 揚げタラの野菜あんかけ B 煮込みハンバーグ	A 赤魚の塩焼き B シーフードカレー	休み
19	20	21	22	23	24	25
休み	祝日のため、お休み	A タラの塩みぞれ煮 B 豚かつ	A 鮭のチーズ焼き B メンチカツ	A 豚しゃぶ(ポン酢) B 白身魚のフライ	A タラの中華蒸し B 牛スジカレー	休み
26	27	28	29	30	31	
休み	A アジフライ B チキンの トマトソース煮込み	A エビと豆腐のチリソース B 鶏天	A サバの生姜煮 B 焼肉	A 鮭の照焼き B 豚すき	A 麻婆豆腐 B チキンカレー	

※ 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。