

☆ ひろばのまんま 7月のめにゅ～予定表 ☆

日	月	火	水	木	金	土
					1 A アジの和風香味ダレ B シーフードカレー	2 休み
3 休み	4 A サバのネギ塩焼き B 焼肉	5 A 赤魚の竜田揚げ B 麻婆豆腐	6 A 鮭のチーズ焼き B 豚の唐揚げ 野菜あんかけ	7 A かぼちゃコロッケ B 蒸し鶏 (おろしポン酢)	8 A タラのふりかけ焼き B エビフライカレー	9 休み
10 休み	11 A ホッケの塩焼き B 肉団子の甘酢あんかけ	12 A アジフライ B 豚の味噌漬け焼き	13 A エビと豆腐のチリソース B 油淋鶏	14 A サバの味噌煮 B 肉豆腐	15 A カレイの唐揚げ 香味ソース B 牛スジカレー	16 休み
17 休み	18 祝日のため、お休み	19 A 鮭の塩焼き B ポークソテー	20 A 豆腐ハンバーグ B メンチカツ	21 A タラの塩みぞれ煮 B チキン南蛮	22 A アジの唐揚げ B 肉団子ときのこのカレー	23 休み
24/31 休み	25 A サワラの蒲焼き B 豚の生姜焼き	26 A 白身魚の野菜あんかけ B 牛バラ焼き	27 A 赤魚の煮つけ B 鶏天	28 A サバの竜田揚げ B 豚しゃぶ (ごまだれ)	29 A ブリの照焼き B チキンカレー (アピオストッピング)	30 休み

※ めにゅ～は時季や気候不順、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。

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 TEL / FAX… 0175-34-9594

ご注文は当日9:30までをお願いします。