

☆ ひろばのまんま 6月のめにゅ～予定表 ☆

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				A サバの甘酢あんかけ B 豚しゃぶ(おろしポン酢)	A サンマの塩焼き B とんかつ	休み
4	5	6	7	8	9	10
休み	A ブリの照焼き B 油淋鶏	A サバの味噌煮 B メンチカツ	A アジの和風香味だれ B エビフライカレー	A エビと豆腐のチリソース B 豚の味噌漬け焼き	A 白身魚のフライ B チンジャオロース	休み
11	12	13	14	15	16	17
休み	A 鮭のチーズ焼き B 鶏の山賊揚げ	A アジの唐揚げ 香味ソース B 煮込みハンバーグ	A サバの塩焼き B 豚の唐揚げ ニラ玉あんかけ	A 白身魚のネギみそ焼き B 肉豆腐	A 揚げサワラのマリネ風 B ポークカレー	休み
18	19	20	21	22	23	24
休み	A アジフライ B 豚の生姜焼き	A カレイの煮つけ B 鶏天	A ブリの唐揚げ B メンチカツカレー (チーズトッピング)	A 鮭の塩焼き B 肉野菜炒め	A 揚げサンマの甘辛あんかけ B 豚キムチ	休み
25	26	27	28	29	30	
休み	A ホッケの塩焼き B 豚の中華風唐揚げ	A 赤魚の煮つけ B 油淋鶏	A カレイの唐揚げ 香味ソース B 牛バラ焼き	A サンマの生姜煮 B 麻婆豆腐	A アジの南蛮漬け B 牛スジカレー	

※ 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。直接ご確認ください。

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時30分までにお願いします。