

【6月】野菜がとれるおかずセット

	月	火	水	木	金	土
						1日
なごやかA						牛肉とピーマンの炒め物
なごやかB						赤魚の粕漬け焼き
満菜						
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
なごやかA	鶏もも肉のタンドリー風	肉団子と野菜のポトフ風	さばの味噌煮	鶏肉のから揚げ葱塩だれ	豚肉と玉ねぎのケチャップ炒め	磯辺フライ
なごやかB	肉じゃが	あじメンチ	野菜と鶏肉のトマト煮込み	さわらの菜種焼き	鶏肉の西京焼き	ビーフカレー
満菜	チキンカレー	さばの塩焼きと根菜入り鶏つくね	たらの彩り甘酢あん	トマトソースハンバーグ	いかのオイスターソース	
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
なごやかA	鶏肉と野菜の黒酢あん	ホイコーロー	鶏肉のカレー風味から揚げ	豚肉のみそ漬け焼き	赤魚の洋風煮(アクアパッツァ風)	味噌ごま炒り豆腐
なごやかB	三色井用セット	イカフライ	デミソースハンバーグ	たらの南蛮漬け	とんかつのとろーり玉子あんかけ	豚肉のしょうが焼き
満菜	チキン南蛮	チキンステーキのねぎ塩だれ	バターチキンカレー	海老のチリソース、ニラの玉子とじ	八宝菜	
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
なごやかA	みそかつ	豚肉焼	たらの醤油バター風味焼き	チキンカツのおろしあん	豚肉と野菜のオイスターソース炒め	鶏肉のジンジャーソース
なごやかB	肉団子の甘酢あんかけ	赤魚の甘辛煮	鶏肉の梅だれのせ	シーフードシチュー	バターチキンカレー	イカフライ
満菜	四川風麻婆豆腐	大根おろしソースハンバーグ	肉豆腐	チンジャオロース	チキンカツの玉子とじあん	
	24日	25日	26日	27日	28日	29日
なごやかA	麻婆豆腐	豚肉と長ねぎ炒め塩だれレモン風味	メンチカツ	さばの照り焼き	キーマカレー	味噌ごま炒り豆腐
なごやかB	オムレットと牛肉のデミソース仕立て	鶏肉の韓国風ピリ辛から揚げ	たらのチリソース	カツの八丁味噌ソースだれ	鶏肉の柚こしょう焼き	メルルーサのパセリ衣揚げ
満菜	鶏肉と野菜の黒酢あん	ホイコーロー	鶏肉のから揚げ	肉じゃが	デミグラスソースハンバーグ	
	7月1日	2日	3日	4日	5日	6日
なごやかA	肉豆腐	磯辺フライ	豚肉のしょうが焼き	たらのバジルトマトソース	鶏肉と白菜の柚子味噌あんかけ	さばの煮付け
なごやかB	鶏肉の西京焼き	豚肉のみそ漬け焼き	麻婆豆腐	鶏肉の卵とじ	さわらの粕漬け焼き	豆腐ハンバーグ大根おろしソース
満菜	キーマカレー	豚肉のしょうが焼き	油淋鶏	チキンカレー	さばの塩焼きと根菜入り鶏つくね	