

【5月】

	550円						500円
2022/5/23 (月)	牛肉とアスパラオイスター炒め	鮭の塩焼きひじきご飯	油淋鶏	豚肉と豆もやしピリ辛炒め	焼き鳥	白身魚フライタルタル	上海焼きそば
2022/5/24 (火)	揚げ鶏チリソース	揚げ鯖中華風野菜あん	豚肉の生姜焼き	鶏肉の山賊焼き	豚肉とピーマンオイスター炒め	豚肉と玉葱の甘辛炒め	麻婆豆腐
2022/5/25 (水)	チキン南蛮タルタル	豆腐ステーキキノコソース	オムライス	キャベツの味噌炒め	豚肉ともやしのピリ辛炒め	チーズハンバーグ	味噌カツ
2022/5/26 (木)	中華セット炒飯・肉団子・春巻	鯖の胡麻照り焼き	チキンカツトマトソース	韓国風唐揚げ	卵と豚肉トマトの炒め物	中華風肉団子	たらこスパゲッティ
2022/5/27 (金)	鶏肉の山賊焼き	イカフライタルタル	豚肉とキクラゲの炒め物	味噌カツ	チキン南蛮タルタル	鯖の胡麻照り焼き	キーマカレー目玉焼き
2022/5/30 (月)	豚肉の甘辛炒め	白身魚フライチリソース	鶏肉の唐揚げ	鯖の味噌煮	春野菜の炒め物	鶏肉とトマト煮	ほうれん草クリームパスタ
2022/5/31 (火)	ハンバーグ和風おろし	イワシの梅シソフライ	とり天	豚肉の生姜焼き	焼肉	チキンカツトマトソース	八宝菜

【6月】

	550円						500円
2022/6/1 (水)	豚しゃぶおろしポン酢	サーモングリルバジルソース	チキン南蛮タルタル	鶏肉のトマト煮込み	豆もやしと豚肉のピリ辛炒め	肉じゃが	カツの卵とじ
2022/6/2 (木)	豚カツ	白身魚エスカベッシュ	回鍋肉	鶏の照焼き	厚揚げと青菜炒め	鯖の味噌煮	ガパオライス
2022/6/3 (金)	ヤンニョムチキン	カキフライタルタル	焼肉	卵とトマト炒め物	肉豆腐	豚肉とピーマンオイスター炒め	グリーンカレー
2022/6/4 (土)							
2022/6/5 (日)							
2022/6/6 (月)	牛肉コロケコーンピラフ	鯖の味噌煮	豚肉の生姜焼き	油淋鶏	大根と豚肉の中華風炒め	豚肉と茄子味噌炒め	オムライス
2022/6/7 (火)	豚肉とアスパラ甘辛炒め	白身魚ホイル焼き	チキンカツトマトソース	揚げ鶏チリソース	鯖胡麻照り焼き	ハンバーグトマトソース	ソースカツ丼
2022/6/8 (水)	韓国風唐揚げ	イカフライチリソース	豚肉と茄子味噌炒め	鶏肉の山賊焼き	サーモンフライ	チキンカツ	豚キムチ
2022/6/9 (木)	ハンバーグ目玉焼き	白身魚アクアパッツア	麻婆豆腐	鶏肉の竜田揚げ	ぶりの照り焼き	チンジャオロース	チキンカレー
2022/6/10 (金)	チキン南蛮タルタル	ぶりの生姜煮	豆もやし豚肉ピリ辛炒め	焼き鳥温玉	白身魚2色揚げ	メンチカツ	ハッシュドビーフ
2022/6/11 (土)							
2022/6/12 (日)							
2022/6/13 (月)	豚カツ	白身魚唐揚げ	焼き鳥	豚肉とアスパラ炒め	プルコギ	スパニッシュオムレツ	温玉牛丼
2022/6/14 (火)	回鍋肉	鯖の照焼き	メンチカツ	アジフライタルタル	揚げ出し豆腐おろしソース	唐揚げレモン添え	中華丼
2022/6/15 (水)	チャプチェ	サーモンチーズ焼き	揚げ鶏チリソース	厚揚げと豚肉ピリ辛炒め	ポークピカタ	チキン豆腐ハンバーグ	ミートソース
2022/6/16 (木)	ミートボールラタトゥイユ風	鯖の竜田揚げきのこあん	木耳と卵の豚肉炒め	白身魚フライタルタル	鶏肉のクリーム煮	韓国風唐揚げ	五目焼きそば
2022/6/17 (金)	肉じゃが ひじきご飯	カニクリームコロケ	チキン竜田	鯖の味噌煮	塩豚炒め	鶏の照焼き	ガパオライス
2022/6/18 (土)							
2022/6/19 (日)							
2022/6/20 (月)	中華セット	鯖の西京焼き	豚カツ	牛肉と大根中華炒め	チキングリル	イカフライタルタル	牛丼温玉
2022/6/21 (火)	豚肉とピーマンオイスター	ぶりの照り焼き	油淋鶏	鯖の竜田揚げ	麻婆茄子	八宝菜	かき揚げうどん
2022/6/22 (水)	チーズハンバーグデミグラス	アジフライタルタル	鶏の照焼き	ゴーヤチャンプルー	鶏の唐揚げ	豆腐ステーキキノコソース	オムライス
2022/6/23 (木)	豚肉と茄子の味噌炒め	揚げ出し豆腐 アサリご飯	レンコンはさみ揚げ	鶏肉のトマト煮込み	チーズチキンカツ	チキン南蛮タルタル	タレカツ
2022/6/24 (金)	メンチカツ	鯖味噌マヨネーズヤキ	チキン南蛮タルタル	豚肉の生姜焼き	鶏照焼きと目玉焼き	夏野菜カレー	塩豚
2022/6/25 (土)							
2022/6/26 (日)							
2022/6/27 (月)	串カツとコロケ	鯖の塩焼きおろしポン酢	温玉つくね	酢鶏	卵とトマト炒め物	枝豆と豚肉の塩炒め	冷やし中華
2022/6/28 (火)	プルコギ	サーモンソテータルタル	ささみチーズフライ	タンドリーチキン	肉団子	回鍋肉	あんかけ炒飯
2022/6/29 (水)	豚肉と豆もやしピリ辛炒め	鯖の胡麻照り焼き	味噌カツ	鶏肉と夏野菜の炒め物	鶏肉の山賊焼き	豚肉と野菜のピリ辛炒め	親子丼
2022/6/30 (木)	照焼きハンバーグ	白身魚レモンバジル	鶏の唐揚げ	焼肉	アジフライタルタル	ツナとゴーヤの炒め物	ナポリタン