

野菜たっぷりヘルシー！ばんがい市場の手作りお弁当♪

彩り弁当のお品書き 週間予定

【平成30年5月28日（月）～6月1日（金）版】

5月28日（月）	5月29日（火）	5月30日（水）	5月31日（木）	6月1日（金）
チキン南蛮	牛肉コロッケ	鶏むね肉の しょうゆマヨフライ	バーベキューソースの ポークナゲット	油淋鶏
キャベツとわかめの サラダ	切干大根の カレーマヨ炒め	もやしと人参のナムル	ゴマドレッシングの サラダ	アスパラベーコンの ポテトサラダ
スパイシーきゅうり	きゅうりのからし漬け	切干大根の梅昆布漬け	わかめとオクラの おひたし	ひじきの煮もの
大根の オイスターソース炒め	わかめのナムル	大豆とひじきの甘煮	卵焼き	きゅうりの スパイス炒め
玄米入りご飯	枝豆の炊きこみご飯	混ぜ寿司（カニカマ・卵）	古代米ご飯 （ゴボウと鶏皮の佃煮）	白ごまご飯

※仕入状況等により、一部変更になる場合があります。ご了承下さい。