






1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
刻みのりおにぎり 鶏肉の照り焼き さつま芋レーズンサラダ 白菜とわかめの中華煮 ウインナー煮	ゆかりおにぎり 豚肉の生姜炒め 人参かまぼこ煮 小松菜と油揚げのさっと煮 南瓜煮	 憲法記念日	 みどりの日	 こどもの日
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
ゴマ塩おにぎり サワラの照りマヨ焼き カレー塩ポテト 小松菜と白菜の海苔和え 肉団子のケチャップ煮	ゆかりおにぎり 筑前煮 ほうれん草とえのきのさっと煮 春巻き	じゃこおかおにぎり 鶏肉の磯辺天 金平ごぼう 胡瓜と蒸し鶏の中華和え ぶるぶるみかんゼリー	竹の子ごはん おろしハンバーグ キャベツコンソメ 大根菜のツナ和え ピピブレーン(チーズ) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-top: 5px;"> たけのこ+旬の野菜+ 京都府産の竹の子を使用していま </div>	ゆかりおにぎり アジの南蛮漬け 水菜とゆばのさっと煮 みかん缶
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
刻みのりおにぎり 鶏肉の唐揚げ 小松菜と平天の中華和え 南瓜煮	刻みのりおにぎり ほくほく肉じゃが ちくわと胡瓜のじゃこマヨサラダ 若竹煮	ゴマ塩おにぎり キャベツと焼き肉のカレーソテー ウインナーの磯辺天 わかめとツナのさっと煮 ぶるぶるりんごゼリー	ゆかりおにぎり ビーフインコロッケ マカロニサラダ いんげんと蒸し鶏のおかか和え 黄桃缶	ハヤシライス 香りんごゼリー
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
ゆかりおにぎり 春雨と挽き肉の甘辛炒め 揚げギョーザ ほうれん草と油揚げのさっと煮 照り焼き肉団子	刻みのりおにぎり サバの照り焼き いんげんのごま和え ポテトサラダ チキンナゲット	ゆかりおにぎり 厚揚げと野菜の中華炒め 赤かぶかまぼこ プロッコリーのツナ和え バイン缶	ゴマ塩おにぎり ハンバーグ〜ケチャップ〜 じゃがコーン煮 小松菜とえのきのさっと煮 オレンジ	鮭チャーハン ひじき炒り豆腐 いんげんとじゃこのさっと煮 おからポテト
29 (月)	30 (火)	31 (火)		
じゃこおかおにぎり ボークビーンズ れんこんの磯辺天 プロッコリーのごま和え さつまいもレモン煮	ゆかりおにぎり 鶏肉の竜田揚げ こふき芋 大根菜のじゃこ和え 魚肉ソーセージ	カレーライス 乳酸菌飲料		

Instagram



はじめました

firstfoods.kg

検索



follow me!



FIRSTFOODS.HG