



# のこんだて



月	火	水	木	金	土
<p>【山吹御飯】</p> <p>～山口県郷土料理～</p> <p>山口県は、本州の最西部に位置し、北は日本海、南は瀬戸内海と三方を海に囲まれています。約 1500Km という長い海岸線を持ち、県魚である「フグ」をはじめ、「アマダイ」や「ハモ」「アンコウ」など海の幸に恵まれています。県中心部には緑豊かな中国山地が横たわり、海だけでなく、川や山など美しい自然に恵まれ、新鮮な山の幸も楽しむことができます。</p>				<p>1</p>	<p>2</p>
				<p>チラシ寿司 すまし汁、ヒレカツ デザート (お楽しみに)</p>	<p>御飯、味噌汁 コロケ お茶プリン</p>
<p>4</p>	<p>5</p>	<p>6</p>	<p>7</p>	<p>8</p>	<p>7月の旬の食材</p> <p>トマト・茄子 ピーマン・パプリカ ゴーヤ・トウモロコシ オクラ・枝豆 モロヘイヤ</p>
<p>麦御飯、野菜スープ シーフードグラタン ナムル</p>	<p>御飯、卵スープ 魚の塩焼き 南瓜のそぼろ煮</p>	<p>竜田揚げサンド ミネストローネ、サラダ ヨーグルト、ジュース</p>	<p>星のトルコ風ライス 七塔そうめん汁 サダ、キラキラゼリー</p>	<p>韓国風シーチキン丼 すまし汁、サラダ 大学芋</p>	
<p>1 1</p>	<p>1 2</p>	<p>1 3</p>	<p>1 4</p>	<p>1 5</p>	<p>1 6</p>
<p>御飯、納豆、味噌汁 鶏肉のコーン焼き ゴーヤのしぎやき</p>	<p>御飯、春雨スープ つくねの甘酢炒め ブロッコリーサラダ</p>	<p>皿うどん、おにぎり サラダ 冷凍みかん</p>	<p>山吹御飯、だご汁 あじのさんが焼き コンヤクのさっぱり南蛮</p>	<p>御飯、かき玉汁 魚の外カルスかけ コロコロサラダ</p>	<p>御飯、赤だし キャベツのミンチカツ 青梅ゼリー</p>
	<p>1 9</p>	<p>2 0</p>	<p>2 1</p>	<p>2 2</p>	<p>2 3</p>
	<p>シシリアンライス 卵スープ サラダ</p>	<p>御飯、白玉汁 チヌハンペンフライ 杏仁豆腐</p>	<p>御飯、なめこの味噌汁 魚の更紗焼き カリフラワーサラダ</p>	<p>御飯、すまし汁 チキン南蛮 春雨サラダ</p>	<p>パン、シチュー サラダ、タルト 牛乳</p>
<p>2 5</p>	<p>2 6</p>	<p>2 7</p>	<p>2 8</p>	<p>2 9</p>	
<p>麦御飯、味噌汁 親子煮 スパゲティサラダ</p>	<p>オムライス（杓イソス、 トマトソース） コーンスープ、サラダ</p>	<p>御飯、ワカメスープ 魚のカレー焼き 金平ゴボウ</p>	<p>ジャージャー麺 おにぎり、サラダ 果物</p>	<p>御飯、おくずがけ ちくわの磯部揚げ 白玉団子</p>	