




































津和野高等学校 つわぶき寮夕食カレンダー 【2020年7月号】

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		1	2	3	4	5
						
		焼肉丼 ポテトサラダ 味噌汁	鯖のソテー 揚げ出し豆腐 ピーフシチュー	チキン南蛮 マカロニサラダ 豆腐とキノコのすまし汁	ハンバーグ スパゲティーミートソース 生野菜 味噌汁	オムレツ 野菜ナムル 豆腐とキノコの卵とじ汁
6	7	8	9	10	11	12
						
グリルチキン 豚汁 キュウリの酢物 生野菜	ぶっかけうどん(温玉入り) 鳥串 もやし・ニラのキムチ炒め	トンカツ ポトフ 生野菜	カレーライス カレーコロッケ 生野菜 フルーツヨーグルト	赤魚の磯辺フライ キムチ汁 小松菜とエリンギの炒めもの	サク旨チキン 味噌汁 おひたし	豚しゃぶ 麻婆豆腐 キノコ味噌汁
13	14	15	16	17	18	19
						
チーズ入りメンチカツ ミネストローネ ミニ回鍋肉	カレーライス ココロ豚カツサラダ 卵とじスープ	鳥天 生野菜 味噌汁	炊き込みご飯 鯖カレーフライ キュウリの酢物 豆腐汁	豚丼 ポテトサラダ 赤だし味噌汁	牛肉コロッケ 生野菜 玉子の吸い物	ハンバーグ 生野菜 もやし・キュウリ・ハムのあえ物 ふわふわスープ
20	21	22	23	24	25	26
						
カレーの竜田揚げ 青椒肉絲 けんちん汁 生野菜	ラーメン 餃子 チャーハン キムチ	カレーライス トンカツ 生野菜	鶏肉のソテー キュウリと竹輪の酢物 スープ	焼肉丼 ほうれん草のおひたし そうめん汁	カレーライス ハンバーグ ポトフ 野菜炒め	鶏唐揚げ 生野菜 キュウリの酢物 味噌汁
27	28	29	30	31		
						
豚肉の生姜焼き 牛肉と白菜の煮物 クリームシチュー	ほうれん草のペペロンチーノ ワンタンスープ 牛肉コロッケ 生野菜	玉子丼 エビフライ 生野菜	鶏肉のホイル焼き トマトのマリネ 白菜と鶏団子クリームスープ	カレーライス ヒレカツ 夏野菜の素揚げ 豆腐玉子スープ		