

月 日(曜日)	内 容
4月	海老とアスパラの卵炒め+他2品
5月	鶏のサクサクポテト焼き+他2品
6月	大葉の照り焼きつくね+他2品
7月	イカときゅうりの中華炒め+他2品
8月	豚肉の塩ガーリック焼き+他2品
9月	牛とオクラの肉豆腐+他2品