



5がつこんだてひょう



		1日 (水)	2日 (木)	3日 (金)
		ごはん さけ <small>しおや</small> 鮭の塩焼き くき 莖わかめ ミートボール ツナとチンゲン菜 <small>さいいた</small> の炒め物 フルーツ (黄桃) <small>おうとう</small>	ミルクパン チキントマトオムレツ フライドポテト きのこマカロニのソテー イタリアンサラダ フルーツ (パイン)	
6日 (月)	7日 (火)	8日 (水)	9日 (木)	10日 (金)
	ふりかけごはん (さけ) ぎゅうにく 牛肉コロッケ ボイルキャベツ ごもく 五目ひじき えだまめ 枝豆とコーンのサラダ フルーツ (黄桃) <small>おうとう</small>	しお <small>ふた</small> 塩だれ豚バラ丼 フライドスイートポテト だいこん 大根サラダ フルーツ (パイン)	ナポリタン とりにく <small>てりや</small> 鶏肉の照焼き フロccoliリーと大豆 <small>だいま</small> のマヨあえ フルーツ (みかん)	チーズパン ささみフライ ふたにく <small>に</small> 豚肉のトマト煮 ほうれん草 <small>そう</small> のソテー フルーツ (りんご)
13日 (月)	14日 (火)	15日 (水)	16日 (木)	17日 (金)
ごはん やきにく 焼肉 ボイルキャベツ くき 莖わかめのきんぴら パンプキンサラダ フルーツ (黄桃) <small>おうとう</small>	チョコチップパン チーズコロッケ ほうれん草 <small>そう</small> ソテー スクランブルエッグ インゲンのツナあえ フルーツ (パイン)	ごはん ゆーりんちー 油淋鶏 ごもく <small>やさい</small> 五目野菜炒め あおな 青菜ともやしのナムル フルーツ (みかん)	チキンカレー しろみ <small>ざかな</small> 白身魚フライ マカロニサラダ フルーツ (りんご)	ふりかけごはん (おかか) とうふ 豆腐のかにあんかけ きゅうりとひじき <small>ちゅうか</small> の中華サラダ プチアメリカンドッグ フルーツ (黄桃) <small>おうとう</small>
20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	23日 (木)	24日 (金)
まいぼーさいめん 麻婆菜麺 はるまき 春巻 シュウマイ ポテトサラダ フルーツ (パイン)	ごはん ふたにく <small>いも あ</small> 豚肉とじゃが芋の揚げ煮 がんと煮 チンゲン菜 <small>さい</small> のおかかあえ フルーツ (みかん)	マーブルパン クリームシチュー ミニハンバーグ フロccoliリーのバター <small>しょうゆいた</small> 醤油炒め フルーツ (りんご)	ごはん すき <small>や</small> 焼き風煮 ちくわ 竹輪のカレー揚げ きゅうりの塩 <small>しお</small> 昆布あえ フルーツ (黄桃) <small>おうとう</small>	ごはん とりにく <small>からあ</small> 鶏肉の唐揚げ チョレギサラダ もやしとピーマンのソテー フルーツ (パイン)
27日 (月)	28日 (火)	29日 (水)	30日 (木)	31日 (金)
ふりかけごはん (たまご) しろみ <small>ざかな</small> 白身魚のチリソース はるまき 春雨サラダ やし <small>さい</small> 野菜のごまあえ フルーツ (みかん)	カレーライス えび 海老はんぺんフライ わかめとツナのサラダ フルーツ (りんご)	ごはん ごもく <small>たまご</small> 五目卵焼き フロccoliリー なすと竹輪 <small>ちくわ</small> のみそ炒め ウイナーポテト フルーツ (黄桃) <small>おうとう</small>	ごまパン ハンバーグきのこソース マカロニソテー はくさい <small>とり</small> 白菜と鶏肉のコンソメ煮 さつま芋 <small>いも</small> サラダ フルーツ (パイン)	ごはん すぶた 酢豚 れんこん <small>そばろ</small> ちまめ かにしゅうまい フルーツ (みかん)