



2がつこんだてひょう

3日 (月)	4日 (火)	5日 (水)	6日 (木)	7日 (金)
ぶりかけごはん (おかか) <small>まつかぜやき</small> 松風焼 ほうれん草ソテー <small>きりぼしだいこんに</small> 切干大根煮 <small>しょうが</small> 生姜キャベツ フルーツ (りんご)	ごまパン ハンバーグトマトソース マカロニソテー ツナとチンゲン菜 <small>さい</small> の炒め物 <small>いた</small> チーズポテト フルーツ (黄桃)	ごはん マーボー茄子 <small>なす</small> わかめサラダ シュウマイ フルーツ (みかん)	ごはん <small>とりにく</small> <small>ちゅうかい</small> 鶏肉の中華炒め <small>はるさめ</small> 春雨のスープ煮 タマゴサラダ フルーツ (パイナップル)	チキンカレー <small>えび</small> 海老はんぺんフライ <small>ちくわ</small> 竹輪のマヨあえ フルーツ (りんご)
10日 (月)	11日 (火)	12日 (水)	13日 (木)	14日 (金)
ジャージャー麺 ぎょうざフライ コールスローサラダ フルーツ (黄桃)		ビビンバ ミートボール <small>こ</small> <small>いも</small> 粉ふき芋 フルーツ (パイナップル)	ごはん <small>さけ</small> <small>しおや</small> 鮭の塩焼き きんぴら ビーフソテー パンプキンサラダ フルーツ (りんご)	チョコチップパン コーンシチュー おからポテト チンゲン菜 <small>さい</small> ソテー フルーツ (みかん)
17日 (月)	18日 (火)	19日 (水)	20日 (木)	21日 (金)
<small>ちゅうかどん</small> 中華丼 フライドスイートポテト ブロッコリーマヨおかか <small>あえ</small> フルーツ (みかん)	ごはん <small>ぶたにく</small> <small>しょうがや</small> 豚肉の生姜焼き もやしソテー <small>ごもく</small> 五目ひじき タコさんウインナー フルーツ (パイナップル)	チーズパン <small>とりにく</small> <small>てりや</small> 鶏肉の照焼き ジャーマンポテト <small>にんじん</small> 人参とコーンのサラダ フルーツ (黄桃)	カレーライス とんかつ フレンチサラダ フルーツ (りんご)	ぶりかけごはん (さけ) おさつコロケ インゲンソテー <small>にくやさいいた</small> 肉野菜炒め <small>だいこん</small> 大根とこんにゃくの煮物 <small>にもの</small> フルーツ (パイナップル)
24日 (月)	25日 (火)	26日 (水)	27日 (木)	28日 (金)
	ぶりかけごはん (たまご) メンチカツ ボイルキャベツ れんこんきんぴら <small>あつやきたまご</small> 厚焼玉子 フルーツ (パイナップル)	ごはん <small>しろみざかな</small> 白身魚フライ (タルタル) <small>はるさめ</small> 春雨サラダ ブロッコリーのペペロン炒め <small>いた</small> フルーツ (りんご)	ココアパン ツナのチーズローフ インゲンソテー <small>はくさい</small> <small>とりにく</small> 白菜と鶏肉のクリーム煮 <small>に</small> <small>こまつないた</small> 小松菜炒め フルーツ (みかん)	スパゲティミートソース ウインナーフライ ほうれん草ソテー グリーンサラダ フルーツ (黄桃)



