

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
01牛乳 ピザトースト 切干大根のマリネ 豆乳チャウダー	2牛乳 ごはん アジの南蛮漬け 信田和え じゃがいものそぼろ煮	3牛乳 ごはん 豚肉とキムチの炒め物 こんにやくサラダ 春雨スープ 歯と口の健康週間	4牛乳 ごはん いわしのピリ辛 ひねポン かぼちゃとなすのみそ汁	5牛乳 牛すじカレー 小松菜のじゃこサラダ ヨーグルト
08牛乳 コッペパン ポテトオムレツ サウザンサラダ ミネストローネ	9牛乳 ごはん さわらの西京焼き いんげんのごま和え もずくのすまし汁	10牛乳 ごはん 酢豚 中華風和え物 eggい眠れる玉子スープ	11牛乳 ごはん 白身魚のカレームニエル たまねぎドレッシングのサラダ アルファベットスープ	12牛乳 そばろ丼 水菜の和えもの 新じゃがの豚汁
15牛乳 サンマーメン 揚げぎょうざ きゅうりのナムル	16牛乳 ごはん 鶏肉のアップルジンジャーソース 温野菜サラダ ポトフ	17牛乳 ごはん 鮭のフライ ほうれん草とハムの和えもの 浜坂ちくわとゆばのすまし汁	18牛乳 ごはん 鶏のチーズ焼き こまつなサラダ トマトのスープ	19牛乳 ごはん さばのしょうが煮 ピーマンの梅和え いなか汁 青りんごゼリー
22牛乳 きつねうどん 浜坂ちくわの利休揚げ ささみのあえもの	23牛乳 ごはん 鶏のフレーク焼き オクラのサラダ コロコロ野菜スープ	24牛乳 ごはん 手作り魚ロッケ もやしのあえもの とうふとわかめのみそ汁	25牛乳 ごはん 豆腐つくねの和風あん ほうれん草のおひたし なめこ汁	26牛乳 ごはん 春巻き 野菜のポン酢和え 八宝菜
29牛乳 セルフバーガー バンズパン ハンバーグ・ケチャップ コールスロー クリームシチュー	30牛乳 ごはん ホキのレモンソース れんこんの和え物 トックスープ			