



# ノーボーダーズ



5 月 白ごはん		6 火 おにぎり		7 水 俵ごはん(菜飯)		8 木 白ごはん		9 金 白ごはん		10 土 白ごはん	
照焼きハンバーグ ポテトフライ 和風スパゲティソテー 高野豆腐煮 フルーツ		豚肉ケチャップ炒め 鶏ぎょうざ 大学芋 春雨の酢の物 フルーツ		エビカツ ミートボール 焼きちゃんぽん ポテトサラダ フルーツ		揚げ鶏のレモン煮 ポークビッツ 白菜の和え物 大根と生麩の煮物 フルーツ		サワラの西京焼き ロールキャベツ じゃが芋金平 ほうれん草サラダ フルーツ		味噌カツ 千切りキャベツ 金平蓮根・竹輪煮 インゲンツナ和え 漬物・ミニゼリー	
12 月		13 火		14 水		15 木		16 金		17 土 白ごはん	
19 月 俵ごはん(ゆかり)		20 火 おにぎり		21 水 白ごはん		22 木 白ごはん		23 金 白ごはん		24 土 白ごはん	
豆腐ハンバーグ スマイルポテト 焼うどん 人参枝豆サラダ フルーツ		タンドリーチキン 竹輪の天ぷら 春雨ソテー 大豆のトマト煮 フルーツ		サケの塩焼き ほうれん草のお浸し さくら焼売 マカロニサラダ フルーツ		豚しゃぶ キャベツと胡瓜の和え物 ウィンナー じゃが芋とツナのカレー炒め フルーツ		白身魚の唐揚げタルタルソース コーンボール 焼きそば さつま芋金平 フルーツ		おろしハンバーグ 千切りキャベツ 枝豆がんもどき煮 生姜天・イタリアンオムレツ 漬物・ミニよもぎ餅	
26 月 おにぎり		27 火 白ごはん		28 水 俵ごはん(菜飯)		29 木 おにぎり		30 金 白ごはん		31 土 白ごはん	
白身魚フライ 肉団子ケチャップ煮 スパゲティソテー ほうれん草の和え物 フルーツ		豚肉とポテトの金平 蓮根の天ぷら 南瓜煮 アメリカンドッグ・枝豆 フルーツ		サバの照焼き 一口イカフライ もやしゆかりの和え物 キャベツチキンサラダ フルーツ		鶏の唐揚げ 小籠包 和風スパゲティソテー ツナサラダ フルーツ		コーンコロッケ ウィンナー 塩焼きそば 胡瓜と竹輪の甘酢和え フルーツ		コロッケ・ハムステーキ 千切りキャベツ 筑前煮・味付きめかぶ 金山寺味噌 漬物・コーヒーゼリー	

☆食材仕入れの都合により多少変更することがございます。

