



ノーボーダーズ

	5 火 ごはん	6 水 わかめごはん	7 木 俵ごはん(菜飯)	8 金 おにぎり	9 土 ごはん
	白身魚の唐揚げタルタルカレー風味 ウィナー スパゲティソテー さつまいもと大豆の甘がらめ フルーツ	豆腐ハンバーグ ささみ磯辺フライ 焼うどん 大根と蒟蒻のおかか煮 フルーツ	豚肉とポテトの金平 チキンナゲット 南瓜煮 ツナサラダ フルーツ	エビカツ キャベツボール 焼きそば 胡瓜と竹輪の甘酢和え フルーツ	おろしハンバーグ 焼きそば 角揚げ煮・半平煮 とろろパック 漬物・デザート
11 月	12 火 ごはん	13 水 炊込みごはん	14 木 おにぎり	15 金 ごはん	16 土 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 キャベツチキンサラダ フルーツ	サバの幽庵焼き 鶏餃子 ほうれん草の和え物 金平ごぼう フルーツ	鶏の唐揚げ さつまいものレモン煮 もやしの和え物 ひじき煮 フルーツ	豚しゃぶ キャベツと胡瓜の和え物 焼売・枝豆 じゃが芋のカレー炒め フルーツ	コロッケ ハムステーキ ナポリタンスパゲティ 筑前煮・味付きめかぶ 佃煮・漬物・デザート
18 月 おにぎり	19 火 コーンごはん	20 水 ごはん	21 木 ごはん	22 金 俵ごはん(ゆかり)	23 土 ごはん
白身魚フライ 焼きちゃんぽん 竹輪煮 ミート大豆煮 フルーツ	肉団子の酢豚風 おさかなナゲット 枝豆 マカロニサラダ フルーツ	ホイコーロー イカフライ 大学芋 大根と高野豆腐の煮物 フルーツ	鶏肉のバーベキューソース焼き ウィナー もやしソテー ほうれん草サラダ フルーツ	竹輪の磯辺揚げ 焼き豚 ビーフン野菜炒め 切干大根煮 フルーツ	味噌カツ 焼きそば 金平蓮根・竹輪煮 茶碗蒸し 漬物・デザート
25 月 ごはん	26 火 おにぎり	27 水 炊込みごはん	28 木 ごはん	29 金 枝豆ごはん	30 土 ごはん
ドーナツコロッケ ミートボール マカロニソテー ドライカレー フルーツ	エビフライ さくら焼売 キャベツの和え物 ポテトサラダ フルーツ	豚すき煮 焼豆腐煮 アメリカンドッグ 粉ふき芋 フルーツ	ハンバーグ コーンボール スパゲティソテー じゃが芋煮 フルーツ	焼鮭タルタルソース ポークピッツ 白菜たくあん和え ハンバンジーサラダ フルーツ	チキンカツ 焼売・ナポリタンスパゲティ 根菜炒め・オムレツ がんもどき煮 漬物・フルーツ缶

☆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。

