



ノーボーダーズ



1 土 ごはん
イカカツ ハムステーキ 焼きそば・半平煮 里芋煮・お浸し 漬物・フルーツ缶
8 土 ごはん
メンチカツ 蓮根炒め・ナポリタンスパゲティ 茶碗蒸し 金山寺味噌 漬物・フルーツ缶
15 土 ごはん
白身魚フライ 塩焼きそば・ジャンボミートボール バンバンジー 味付きめかぶ・漬物 ミニカレーバック・デザート
22 土 ごはん
焼肉 エビカツ 筍かつお とろろパック・厚揚げ煮 笹かま煮・漬物
29 土 ごはん
おろしハンバーグ がんもどき煮 オムレツ 生姜天 漬物・デザート

3 月	4 火	5 水	6 木 俵ごはん(ゆかり)	7 金 ごはん
憲法記念日	みどりの日	こどもの日	肉団子の酢豚風 揚げ餃子 枝豆 じゃが芋ミンチソテー フルーツ	鶏肉とさつま芋の甘辛炒め 揚げコーンボール 南瓜煮 もやしの酢の物 フルーツ
10 月 ごはん	11 火 コーンごはん	12 水 俵ごはん(菜飯)	13 木 おにぎり	14 金 ごはん
白身魚の唐揚げミートソース ミートボール スパゲティソテー ポテトサラダ フルーツ	豚肉とポテトの金平 さくら焼売 さつまあげ マカロニカレーサラダ フルーツ	鮭の味噌焼き キャベツソテー ウィンナー 切干大根煮・花がも煮 フルーツ	肉団子の酢豚風 揚げ餃子 枝豆 じゃが芋ミンチソテー フルーツ	鶏肉とさつま芋の甘辛炒め 揚げコーンボール 南瓜煮 もやしの酢の物 フルーツ
17 月 俵ごはん(ゆかり)	18 火 ごはん	19 水 ごはん	20 木 ごはん	21 金 おにぎり
鶏つくね れんこん天ぷら 春雨ソテー 豆腐チャンプル フルーツ	三角カレー春巻き さつま芋甘煮 もやしソテー ツナ大豆煮 フルーツ	ハンバーグ マカロニソテー ポテトフライ ブロッコリーサラダ フルーツ	白身魚フライ ポークピッツ キャベツソテー カレー肉じゃが フルーツ	照焼チキン ハムステーキ 焼きそば 人参枝豆サラダ フルーツ
24 月 ごはん	25 火 おにぎり	26 水 俵ごはん(菜飯)	27 木 ごはん	28 金 ごはん
肉団子のトマト煮 おからポテト 人参煮 春雨の酢の物 フルーツ	豚肉のケチャップ炒め コーンコロッケ 枝豆 ほうれん草のサラダ フルーツ	豆腐ハンバーグ ささみフライ 焼うどん 大根と蒟蒻のおかか煮 フルーツ	鯖のカレー焼き 厚揚げ煮 スパゲティソテー ミート大豆煮 フルーツ	エビカツ ロールキャベツ じゃが芋ソテー 胡瓜と竹輪の甘酢和え フルーツ

31  
月 そぼろごはん

☆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。

タンドリーチキン  
たこウィンナー  
もやし和え  
白菜和風サラダ  
フルーツ

