



ノーボーダース



1 金 ごはん	2 土 ごはん
ささみ磯辺フライ 竹輪煮 金平ごぼう カレー肉じゃが フルーツ	白身魚フライ Jumboミートボール・焼きそば さつま揚げ・めかぶパック カレーパック 漬物・デザート
8 金 ごはん	9 土 ごはん
油淋鶏 ポークピッツ ほうれん草ソテー マカロニサラダ フルーツ	焼き肉 春巻き 筍インゲン煮・とろろパック 真丈煮 漬物・フルーツ
15 金 ごはん	16 土 ごはん
三角カレー春巻き 南瓜煮 野菜ソテー 大根と生麩の煮物 フルーツ	おろしハンバーグ 焼きそば がんも煮・オムレツ はんぺん煮 漬物・デザート
22 金 コーンごはん	23 土 ごはん
豚肉の生姜炒め ーロイカフライ 枝豆 春雨サラダ フルーツ	コロッケ ハムステーキ・ナポリタンスパゲッティ 筑前煮・めかぶパック 金山寺味噌 漬物・フルーツ
29 金 懐ごはん(菜飯)	30 土 ごはん
エビカツ ポークピッツ キャベツソテー じゃが芋そぼろ煮 フルーツ	味噌カツ 焼きそば 金平蓮根 竹輪煮・さつま揚げ煮 漬物・フルーツ

4 月 おにぎり	5 火 ごはん	6 水 懐ごはん(ゆかり)	7 木 ごはん
焼き豚 星コロッケ 塩焼きそば 大豆のケチャップ煮 フルーツ	タンドリーチキン コーンフライ ブロッコリーソテー 白菜おかか和え フルーツ	サワラの西京焼き 春雨中華炒め 揚げコーンボール さつま芋サラダ フルーツ	豚肉野菜炒め イカリングフライ 粉ふき芋 ひじき煮 フルーツ
11 月 懐ごはん(菜飯)	12 火 ごはん	13 水 おにぎり	14 木 枝豆ごはん
白身魚の唐揚げオーロラソース たこウィンナー スパゲッティソテー 胡瓜と油揚げの和え物 フルーツ	肉団子のトマト煮 枝豆 おさかなナゲット ジャーマンポテト フルーツ	味噌カツ キャベツソテー 厚揚げ煮 人参しりしり フルーツ	豆腐ハンバーグ ミニアメリカンドック 焼きうどん ほうれん草サラダ フルーツ
18 月 ごはん	19 火 懐ごはん(ゆかり)	20 水 ごはん	21 木 おにぎり
ハンバーグ ミートパンネ ポテトフライ コールスローサラダ フルーツ	エビフライ ロールキャベツ 焼きそば 南瓜ソテー フルーツ	焼鮭のタルタルソース さつま揚げ 和風スパゲッティソテー もやしとハムの和え物 フルーツ	照焼きチキン 揚げ餃子 じゃが芋ソテー 白菜昆布和え フルーツ
25 月 ごはん	26 火 おにぎり	27 水 ごはん	28 木 ごはん
鶏肉の唐揚げ コーン焼売 焼きちゃんぽん 金平ごぼう フルーツ	豚肉の甘辛炒め 竹輪の天ぷら さつま芋の甘煮 切干大根煮 フルーツ	野菜肉巻き ミートボール マカロニソテー 胡瓜の青じそ和え フルーツ	鯖のカレー焼き チキンナゲット もやしソテー 炒り豆腐 フルーツ

☆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。