



ノーボーダーズ

			1 木 ごはん	2 金 ごはん	3 土 ごはん
			豚しゃぶ キャベツと胡瓜の和え物 揚げ餃子 ひじき煮 フルーツ	白身魚フライミートソース ポークピッツ マカロニソテー コールスローサラダ フルーツ	チキンカツ ハムステーキ 焼きそば・切干大根煮 金山寺味噌・もずく酢 漬物・フルーツ
5 月 おにぎり	6 火 ごはん	7 水 ごはん	8 木 俵ごはん(ゆかり)	9 金 ごはん	10 土 ごはん
鶏つくね ハムカツ もやしソテー 大豆ケチャップ煮 フルーツ	豚カツ 粉ふき芋 青菜コーンソテー キャベツと蒸し鶏のサラダ フルーツ	豚肉ケチャップ炒め たこウィンナー 蓮根金平 春雨の酢の物 フルーツ	チキン南蛮タルタルソース 枝豆 キャベツソテー じゃが芋とツナのカレー炒め フルーツ	豆腐ハンバーグ チキンナゲット ミートパンネ 大根と生麩の煮物 フルーツ	コーンコロック ウィンナー 焼きそば・金平蓮根 真丈煮・がんもどき煮 漬物・フルーツ
12 月 枝豆ごはん	13 火 おにぎり	14 水 ごはん	15 木 ごはん	16 金 俵ごはん(菜飯)	17 土 ごはん
チンジャオロースー ロールキャベツ ポテトフライ ブロッコリーサラダ フルーツ	コーンコロック ミートボール 焼うどん ツナ大豆煮 フルーツ	サバの照焼き 白菜コーン和え 南瓜の天ぷら マカロニサラダ フルーツ	メンチカツ ハムステーキ 焼きそば ほうれん草と竹輪の和え物 フルーツ	鶏肉バーベキューソース おからポテト もやしと人参の金平 南瓜ソテー フルーツ	おろしハンバーグ ナポリタンスパゲティ さつま揚げ煮・なめ茸 ひじき煮 漬物・フルーツ
19 月	20 火 ごはん	21 水 俵ごはん(ゆかり)	22 木 おにぎり	23 金	24 土 ごはん
敬老の日	鶏の唐揚げ 枝豆 キャベツソテー 切干大根煮 フルーツ	ホイコーロー ーロイカフライ コーンボール ポテトサラダ フルーツ	照焼きハンバーグ 南瓜の揚げ煮 和風スパゲティソテー ほうれん草サラダ フルーツ	秋分の日	味噌カツ 焼きそば 筍土佐煮・真丈煮 めかぶ 漬物・フルーツ
26 月 ごはん	27 火 俵ごはん(菜飯)	28 水 コーンごはん	29 木 おにぎり	30 金 ごはん	
ー口白身魚フライ ポークピッツ ビーフン炒め ジャーマンポテト フルーツ	豚すき煮 焼き豆腐 大学芋 ブロッコリーツナ和え フルーツ	八幡巻き チキンナゲット ほうれん草ソテー 大根と蒟蒻のおかか煮 フルーツ	豚肉とポテトの金平 さくら焼売 さつま揚げ 春雨サラダ フルーツ	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	

☆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。