



1月



ノーボーダーズ

9 月	10 火 ごはん	11 水 わかめごはん	12 木 俵ごはん(ゆかり)	13 金 ごはん	14 土 ごはん
成人の日	鶏の唐揚げ ポークピッツ 野菜炒め 肉じゃが フルーツ	サバの照焼き レンコンの天ぷら 枝豆 マカロニツナサラダ フルーツ	三角カレー春巻き さつま芋の甘煮 ほうれん草の和え物 切干大根煮 フルーツ	ミートボール ハムカツ スパゲティソテー もやしの酢の物 フルーツ	ハムカツ 焼売 焼きそば・白菜和え 巾着煮・半平煮 漬物・フルーツ
16 月 ごはん	17 火 コーンごはん	18 水 炊込みごはん	19 木 ごはん	20 金 俵ごはん(なめし)	21 土 ごはん
一口白身魚フライ たこウィンナー ビーフソテー 炒り豆腐 フルーツ	豚しゃぶ ーロイカフライ キャベツソテー インゲンの味噌和え フルーツ	鶏の照焼き 粉ふき芋 青菜炒め 大根のおかか煮 フルーツ	味噌カツ さつま揚げ煮 もやしソテー 南瓜サラダ フルーツ	豚肉と春雨の中華炒め 八幡巻き 人参煮 ブロッコリーサラダ フルーツ	野菜クロquette ハムステーキ ナポリタンスパゲティ・金平蓮根 真丈煮・がんも煮 漬物・フルーツ
23 月 ごはん	24 火 おにぎり	25 水 炊込みごはん	26 木 ごはん	27 金 俵ごはん(ゆかり)	28 土 ごはん
エビカツ ハムステーキ マカロニソテー 白菜とツナの和え物 フルーツ	照焼きハンバーグ チキンナゲット インゲンの和え物 パンパンジーサラダ フルーツ	サケの塩焼き 竹輪の天ぷら 焼うどん ポテトサラダ フルーツ	豚の生姜焼き ロールキャベツ 枝豆 春雨の酢の物 フルーツ	鶏肉バーベキューソース 南瓜の揚げ煮 もやしと胡瓜の和え物 ほうれん草と竹輪の和え物 フルーツ	おろしハンバーグ 焼きそば ちよいがけカレー ひじき煮・さつま揚げ煮 漬物・フルーツ
30 月 ごはん	31 火 俵ごはん(なめし)				
コーンクロquette さくら焼売 ブロッコリーソテー レンコンサラダ フルーツ	ブルコギ風炒め 大学芋 枝豆 コールスローサラダ 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。