

1日（月）



ごはん
卵丼
大豆のしゃりしゃり揚げ
ゆかり和え
牛乳

2日（火）



焼きカレーパン
ミックスサラダ
野菜のスープ
牛乳

3日（水）

臨時休業

ごはん
チンジャオロース
中華スープ
牛乳

4日（木）



かみかみごはん
いかの香味焼き
沢煮椀
牛乳

5日（金）



うめわかめごはん
ししゃもの南蛮漬け
みそけんちん汁
牛乳

8日（月）



地粉うどん
ごま汁うどんの汁
竹輪の磯辺揚げ
からし和え
牛乳

9日（火）



パプリカライス
クリームソース
ひじきと枝豆のサラダ
あじさいゼリー
牛乳

10日（水）



ごはん
じゃがいものさっぱり煮
ごまだれサラダ
ふりかけ
牛乳

11日（木）



とりごぼうごはん
和風卵焼き
具たくさん汁
牛乳

12日（金）

振替休業日

15日（月）



ごはん
あじフライ
即席漬け
呉汁
牛乳

16日（火）



ターメリックライス
ドライカレー
コーンサラダ
さくらんぼ
牛乳

17日（水）



韓国風炊き込みごはん
小いわし磯辺フライ
トック
牛乳

18日（木）



ごはん
豚肉のオイスターソース
香り漬け
青菜のみそ汁
牛乳

19日（金）



ズッキーニ入り
ペペロンチーノ
グラタン
こまつなサラダ
牛乳

22日（月）



ごはん
うま塩肉じゃが
なめたけ和え
ごま昆布
牛乳

23日（火）



抹茶揚げパン
豆腐のスープ煮
海藻サラダ
牛乳

24日（水）



ごはん
豚肉と生揚げのみそ煮
磯香和え
金子さん家の枝豆
牛乳

25日（木）



ハムとポテトのピラフ
ホキのサルサソース
カラフルソテー
メロン
牛乳

26日（金）



ホット中華めん
みそラーメンの汁
揚げ餃子
茎わかめのナムル
牛乳

29日（月）



ごはん
さばのピリ辛漬け
五色和え
かき玉汁
牛乳

30日（火）



ごはん
マーボーなす豆腐
中華和え
冷凍みかん
牛乳