



11がつこんだてひょう



				1日(金)
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
<p>振替休日</p>	ぶりかけごはん(おおか) <small>たわらがた</small> 俵型メンチ ブロッコリー <small>こもく</small> 五目ひじき タマゴサラダ フルーツ(パイン)	ごはん <small>しろみざかな</small> 白身魚フライ <small>にく</small> 肉じゃが チンゲン菜のおひたし <small>おうとう</small> フルーツ(黄桃)	ごまパン スパニッシュオムレツ <small>そう</small> ほうれん草ソテー <small>ふたにく</small> きのこと豚肉のソテー <small>ちくわ</small> 竹輪とツナのサラダ フルーツ(みかん)	ビビンバ <small>はるまき</small> 春巻 <small>しょうが</small> 生姜きゅうり <small>おうとう</small> フルーツ(黄桃)
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
ごはん <small>はっぼくさい</small> 八宝菜 フライドスイートポテト コールスローサラダ フルーツ(みかん)	ココアパン チーズコロッケ ブロッコリー <small>ふたにく</small> <small>に</small> 豚肉のトマト煮 <small>さい</small> チンゲン菜ソテー <small>おうとう</small> フルーツ(黄桃)	ごはん <small>とりにく</small> <small>ちゅうかい</small> 鶏肉の中華炒め チャプチェ いんげんのごま和え フルーツ(りんご)	トマトとツナのスパゲティ えびカツ <small>そう</small> <small>たまご</small> ほうれん草と卵のソテー フレンチサラダ フルーツ(パイン)	ごはん <small>やきにく</small> 焼肉 ポイルキャベツ <small>はなやさい</small> 花野菜ソテー <small>い</small> ウィナーと野菜のスープ煮 フルーツ(みかん)
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
ごはん とんかつ マカロニソテー <small>はるさめ</small> 春雨サラダ もやしとピーマンのソテー <small>おうとう</small> フルーツ(黄桃)	ごはん <small>さけ</small> <small>しょうゆ</small> 鮭のバター醤油焼き きんぴら ブロッコリーおおか和え <small>あつやきたまご</small> 厚焼玉子 フルーツ(りんご)	チーズパン チキントマトオムレツ <small>そう</small> ほうれん草ソテー マカロニサラダ ジャーマンポテト フルーツ(パイン)	カレーライス <small>さんかく</small> 三角チーズポテトフライ わかめサラダ フルーツ(りんご)	ぶりかけごはん(たまご) <small>とうふ</small> <small>うまじ</small> 豆腐の旨煮 れんこんきんぴら シュウマイ <small>おうとう</small> フルーツ(黄桃)
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
ごはん <small>ゆーりんちー</small> 油淋鶏 <small>せんぎ</small> <small>やさいいた</small> 干切り野菜炒め <small>はくさい</small> 白菜のゆかりあえ フルーツ(りんご)	<small>しお</small> 塩焼きそば ポテチキ ミモザサラダ フルーツ(パイン)	ぶりかけごはん(さけ) <small>ふたにく</small> <small>に</small> 豚肉のしぐれ煮 ミートボール <small>いちも</small> さつま芋サラダ フルーツ(みかん)	<small>おやこどん</small> 親子丼 <small>ちくわ</small> <small>てん</small> 竹輪の天ぷら <small>やさい</small> 野菜のごまあえ <small>おうとう</small> フルーツ(黄桃)	チョコチップパン ハンバーグガーリックソース インゲンソテー <small>はくさい</small> <small>とりにく</small> 白菜と鶏肉のクリーム煮 コンソメポテト フルーツ(パイン)