

日	月	火	水	木	金	土
						01
02	03	04	05	06	07	08
白ごはん 牛肉の豆乳味噌煮込み ブロッコリー天 椎茸の卵とじ 水菜とかにかまのサラダ 383kcal 蛋白13.40g 脂質12.30g 塩分1.10g	白ごはん ハンバーグ ケチャップ 添えスパゲティ フライドポテト キャベツとベーコンのスープ煮 いんげんの味噌和え 385kcal 蛋白11.30g 脂質11.40g 塩分1.90g	白ごはん 白身魚カレー風味フライ 金平ごぼう 白菜とわかめの煮浸し かぼちゃとコーンのマヨ和え 408kcal 蛋白11.40g 脂質13.70g 塩分1.00g	白ごはん 豚肉の昆布煮 卵焼き 小松菜とえのきのナムル ポテトサラダ 452kcal 蛋白17.60g 脂質18.00g 塩分1.60g	白ごはん 唐揚げ ひじきの煮物 厚揚げとグリーンピースの煮物 カリフラワーの香味漬け 439kcal 蛋白17.20g 脂質17.80g 塩分1.50g		
09	10	11	12	13	14	15
白ごはん 鱈の竜田揚げ 筑前煮 かぼちゃの甘煮 マカロニきな粉 454kcal 蛋白13.80g 脂質16.30g 塩分1.00g	建国記念の日	白ごはん 蒸し鶏のオーロラソース 手作りコーンコロッケ 人参のバターソテー 水菜と錦糸卵の和え物 499kcal 蛋白18.30g 脂質24.30g 塩分1.30g	白ごはん トンカツ ソース わかめの生姜煮 大根のそぼろ煮 ほうれん草の白和え 389kcal 蛋白13.30g 脂質11.10g 塩分1.50g	白ごはん 豚肉の中華煮 がんもと人参の含め煮 れんごんのカレー天ぷら 白菜のおかか和え 381kcal 蛋白14.20g 脂質11.00g 塩分1.70g		
16	17	18	19	20	21	22
白ごはん 和風スパゲティ サイコロポテトの素揚げ 手作り鶏団子 ブロッコリーとチーズのサラダ 428kcal 蛋白12.50g 脂質14.70g 塩分1.00g	白ごはん 塩唐揚げ もやしとニラの中華炒め 高野豆腐と人参の煮物 コーンのバター醤油 472kcal 蛋白16.90g 脂質20.40g 塩分1.30g	白ごはん 豚じゃが ちくわの磯辺揚げ 金時豆 切干大根とハムのマヨ和え 455kcal 蛋白14.80g 脂質14.10g 塩分1.50g	白ごはん 白身魚の人参衣天 ウインナーの卵とじ かぼちゃの甘煮 春雨と椎茸の酢の物 388kcal 蛋白12.50g 脂質13.10g 塩分0.90g	白ごはん 鶏肉のクリーム煮 さつまいものレモン煮 小松菜とかにかまの煮浸し 揚げなすの香味漬け 503kcal 蛋白18.50g 脂質19.60g 塩分1.90g		
23	24	25	26	27	28	
天皇誕生日 振替休日	きのこごはん 鮭の塩焼き (こぶき芋添え) 卵焼き 昆布豆 人参と鶏肉の胡麻マヨ和え 406kcal 蛋白19.90g 脂質13.20g 塩分2.20g	白ごはん 牛肉と厚揚げの卵とじ れんごんのフライ 小松菜とかまぼこのスープ煮 いんげんのおかか和え 410kcal 蛋白15.70g 脂質12.40g 塩分1.60g	白ごはん 鶏肉の照り焼き 手作りコロッケ ひじきの煮物 ごぼうとじゃこの中華サラダ 517kcal 蛋白18.40g 脂質23.50g 塩分1.30g	白ごはん ハンバーグ デミソース 添えブロッコリー かぼちゃとレーズンのグラッセ マカロニ (フラワー) のツナマヨサラダ 411kcal 蛋白11.80g 脂質12.90g 塩分1.10g		

※仕入れの都合によりメニューに変更が生じる場合があります。
 ※魚料理は骨なしのものを使用していますが、骨が入っている場合があります。
 どうぞご了承くださいませ。

日	月	火	水	木	金	土
						01
02	03	04	05	06	07	08
白ごはん 牛肉の豆乳味噌煮込み ブロッコリー天 コーンの甘煮* 水菜とかにかまのサラダ	白ごはん ハンバーグ ケチャップ 添えスパゲティ フライドポテト キャベツとベーコンのスープ煮 いんげんの味噌和え	白ごはん 白身魚カレー風味フライ 金平ごぼう 白菜とわかめの煮浸し かぼちゃのそぼろ煮*	白ごはん 豚肉の昆布煮 れんごんのフライ* 小松菜とえのきのナムル ピーマンの塩炒め*	白ごはん 唐揚げ ひじきの煮物 厚揚げとグリーンピースの煮物 カリフラワーの香味漬け		
09	10	11	12	13	14	15
白ごはん 鱈の竜田揚げ 筑前煮 かぼちゃの甘煮 マカロニきな粉	建国記念の日	白ごはん 鶏肉のトマト煮* 手作りコーンコロケ 人参のバターソテー チンゲン菜とえのきのお浸し*	白ごはん トンカツ ソース わかめの生姜煮 大根のそぼろ煮 ほうれん草の白和え	白ごはん 豚肉の中華煮 がんもと人参の含め煮 れんごんのカレー天ぷら 白菜のおかか和え		
16	17	18	19	20	21	22
白ごはん 和風スパゲティ サイコロポテトの素揚げ 手作り鶏団子 ブロッコリーとチーズのサラダ	白ごはん 塩唐揚げ もやしとニラの中炒め 高野豆腐と人参の煮物 コーンのバター醤油	白ごはん 豚じゃが ちくわの磯辺揚げ 金時豆 ビーフンのカレー風味*	白ごはん 白身魚の人参衣天 れんこんと人参の甘辛炒め* かぼちゃの甘煮 春雨と椎茸の酢の物	白ごはん 鶏肉のクリーム煮 さつまいものレモン煮 小松菜とかにかまの煮浸し 揚げなすの香味漬け		
23	24	25	26	27	28	
天皇誕生日 振替休日	きのこごはん 鮭の塩焼き (こぶき芋添え) なすの揚げ浸し* 昆布豆 切干大根の煮物*	白ごはん 牛肉の味噌煮込み* れんごんのフライ 小松菜とかまぼこのスープ煮 いんげんのおかか和え	白ごはん 鶏肉の照り焼き 手作りコロケ ひじきの煮物 ごぼうとじゃこの中華サラダ	白ごはん ハンバーグ デミソース 添えブロッコリー かぼちゃとレーズンのグラッセ マカロニきな粉*		

※仕入れの都合によりメニューに変更が生じる場合があります。

※魚料理は骨なしのものを使用していますが、骨が入っている場合があります。

どうぞご了承くださいませ。

日	月	火	水	木	金	土
						01
02	03	04	05	06	07	08
白ごはん 牛肉の豆乳味噌煮込み ブロッコリー天 コーンの甘煮* チンゲン菜と赤ピーマンの和え物 ビーフンのそぼろ炒め	白ごはん 豚肉ハンバーグ ケチャップ マカロニソテー フライドポテト キャベツと人参の煮浸し いんげんの味噌和え	白ごはん 豚肉の天ぷら カレーソース 金平ごぼう 白菜とわかめの和え物 かぼちゃのそぼろ煮* カットコーン	白ごはん 豚肉の味噌煮込み れんごんのフライ* 小松菜とえのきの煮浸し ピーマンの塩炒め* 春雨と人参の酢の物	白ごはん 鶏肉の唐揚げ ひじきの煮物 厚揚げとグリーンピースの煮物 カリフラワーの香味和え さつまいものレモン煮		
09	10	11	12	13	14	15
白ごはん 豚肉団子 甘酢あん コーンと人参の甘煮 かぼちゃのオリーブ風味 マカロニケチャップ フライドポテト	建国記念の日	白ごはん 鶏肉のトマト煮* コロッケ 人参のきな粉和え チンゲン菜とえのきのお浸し* わかめの生姜煮	白ごはん トンカツ おろし煮 金平ごぼう ピーマンのそぼろ煮 白菜と人参のお浸し 春雨のカレー風味	白ごはん 豚肉の塩レモン煮 れんごんの天ぷら さつまいもの甘辛煮 カリフラワーと人参の甘煮 小松菜の白和え		
16	17	18	19	20	21	22
白ごはん ミートソースマカロニ フライドポテト (カレー風味) 厚揚げとグリーンピースの煮物 ブロッコリーの塩ゆで わかめと白菜の和え物	白ごはん 鶏肉の唐揚げ 切干大根の煮物 揚げなすの煮浸し カットコーン ほうれん草と赤ピーマンの和え物	白ごはん 豚じゃが 豚肉団子 高野豆腐の含め煮 ビーフンのカレー風味* ひじきの煮物	白ごはん 豚天おろし煮 れんこんと人参の甘辛炒め* チンゲン菜と油揚げの和え物 さつまいものレモン煮 グリーンピースの塩ゆで	白ごはん 鶏肉の豆乳味噌煮込み 金平ごぼう キャベツとわかめの生姜煮 カリフラワー天 春雨とえのきの酢の物		
23	24	25	26	27	28	
天皇誕生日 振替休日	白ごはん トンカツ 生姜あん こぶきさつま芋 小松菜の白和え 切干大根の煮物* なすの揚げ浸し*	白ごはん 牛肉の味噌煮込み* コロッケ 焼きビーフン グリーンピースのカレー風味 ひじきの煮物	白ごはん 鶏肉の天ぷら 和風あん れんごんのガーリック炒め カットコーン ピーマンのマリネ ほうれん草と人参の煮浸し	白ごはん 豚肉ハンバーグ ケチャップ 添えブロッコリー フライドポテト マカロニきな粉* 白菜とわかめの和え物		

※仕入れの都合によりメニューに変更が生じる場合があります。

※魚料理は骨なしのものを使用していますが、骨が入っている場合があります。

どうぞご了承くださいませ。