

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
28	29	30	31	01	02	03
				⑤豚肉のマヨソース 南瓜サラダ コーンコロッケ ほうれん草のナムル	⑥ハンバーグ和風あんかけ 小松菜のあんかけ 高野豆腐の含め煮 枝豆と卵の和え物	⑦白身魚のマスタードソース オクラの和え物 炊き合わせ 切干の胡麻マヨ
04	05	06	07	08	09	10
④すき焼き風煮 菜の花のお浸し 和風あんかけオムレツ ひじきの煮物	⑦肉じゃが 和風あんかけオムレツ 小松菜とうす揚げの和え物 卵の花	⑧エビカツ 明太じゃが 茄子のトマト煮込み ほうれん草のソテー	⑨ポークチャップ アスパラポテトベーコン ポトフ キャベツのバターソテー	⑩トマトソースのチーズハンバーグ ロールキャベツ 南瓜のサラダ ほうれん草のコーンソース	⑪たらフライのタルタルソース 炊き合わせ ミートボールのカレー煮込み 白菜の和え物	⑫鶏肉のタンドリー風焼き ほうれん草とコーンのバター醤油 大根のオイスター炒め だし巻き卵のあんかけ
11	12	13	14	15	16	17
⑤豚肉のマヨソース 南瓜サラダ コーンコロッケ ほうれん草のナムル	⑫チキン南蛮宮崎風 がんもの炊き合わせ 大根のかにあんかけ ひじきの煮物	①和風カツの卵とじ 炊き合わせ 小松菜の煮びたし きんぴらごぼう	②酢豚 中華春雨 ミニかに玉 青梗菜と人参のナムル	③鯖の味噌煮 高野の卵とじ 炊き合わせ キャベツの和え物	②ロースカツ コールスロー風サラダ ビーフンカレー風味	⑨ポークチャップ アスパラポテトベーコン ポトフ キャベツのバターソテー
18	19	20	21	22	23	24
⑬八宝菜 肉団子のチリソース ナムル 切干大根のゆかり和え	⑬カレー マカロニサラダ 野菜コロッケ ほうれん草ソテー	⑭豚肉の生姜焼 だし巻き卵のあんかけ のっぺい煮 青梗菜のマヨマスタード	⑮白身魚のマスタードソース オクラの和え物 炊き合わせ 切干の胡麻マヨ	⑬チンジャオロース キャベツのオイスターマヨ和え 焼売のチリソース にんにくの芽のたまご炒め	⑮かれのい甘酢あんかけ 青梗菜とコーンの和え物 あんかけ餃子 鶏肉の胡麻マヨソース	②酢豚 中華春雨 ミニかに玉 青梗菜と人参のナムル
25	26	27	28	29	30	01
⑯鶏の唐揚げ キャベツマカロニサラダ 豆マヨサラダ	お楽しみ食 	⑰白身魚のムニエルごまクリーム煮 じゃが芋のバジルマヨネーズ 和風スパゲッティ 人参サラダ	⑯鶏肉のタンドリー風焼き ほうれん草とコーンのバター醤油 大根のオイスター炒め だし巻き卵のあんかけ	⑯メンチカツ＆コロッケ ピーマンソテー 筑前煮 ひじきの煮物	⑰あじの南蛮漬け 目玉焼きフライ にんにくの芽と大根のオイスター炒め 中華風卵の花	
02	03	×E				