


日付	献立名		飲み物	写真
1(水) ご飯	小松菜のみそ汁 豚肉のにんにくしょうゆ炒め メロン		牛乳	
2(木) 食パン	野菜と玉子のスープ ホキのごま風味揚げ じゃがミート		牛乳	
3(金) ご飯	かまぼこのすまし汁 さわらのみそ焼 豆と豚肉の甘辛炒め		牛乳	
6(月) ご飯	かき玉汁 あじフライ 切り干し大根のツナマヨ炒め		牛乳	
7(火) ご飯	テールスープ風 鶏肉のねぎ塩だれ 冷凍みかん		牛乳	

日付	献立名		飲み物	写真
8(水)	パセリライス	バターチキンカレー フライドポテト ゆで野菜(サウザンドレッシング)	牛乳	
9(木)	ご飯	薩摩汁 さばの塩焼 ごまあえ	牛乳	
10(金)	食パン	鶏肉のトマト煮 いかのガーリック焼 ポテトサラダ	牛乳	
13(月)	ご飯 野菜ふりかけ	はっと汁 笹かまぼこのチーズ焼 ずんだもち風	麦茶	
14(火)	ソフトフランス パン	パンプキンポタージュ ホキのバジル揚げ ゆで野菜(フレンチドレッシング)	牛乳	

日付	献立名		飲み物	写真
15(水) ご飯	中華スープ 揚げぎょうざ(3個) ナムル(ナムルドレッシング)		牛乳	
16(木) ご飯	豆腐のみそ汁 さばのごまだれ焼 煮浸し		牛乳	
17(金) ご飯	ワンタンスープ 生揚げのカレーソテー 冷凍みかん		牛乳	
20(月) ご飯	ハッシュドポーク キャベコーン炒め りんご缶		牛乳	
21(火) 食パン	ミネストロ トンテキ コーンサラダ(ソイドレッシング)		牛乳	

日付	献立名		飲み物	写真
22(水)	ご飯	ポークカレー ひじきとツナのサラダ コロコロりんご缶	牛乳	
23(木)	ご飯	さつまいもの豆乳みそ汁 ぶりの漬焼 五目炒め	牛乳	
24(金)	ご飯	トックク ヤンニョムチキン 冷凍みかん	牛乳	
27(月)	ゆかりご飯 (半量)	白ごま坦々うどん 春巻 歯と口の健康ゼリー	牛乳	
28(火)	ご飯	トムヤムケン風スープ ガイヤーン風チキン キャベツサラダ (柑橘ドレッシング)	牛乳	

日付	献立名		飲み物	写真
29(水)	コッペパン	ポトフ 照焼きハンバーグ 白玉こんにゃく入りポンチ	ミルク コーヒー	
30(水)	ご飯	じゃがいもとさけの カレークリーム煮 かぼちゃコロッケ ゆで野菜(ごまドレッシング)	麦茶	