



7がつこんだてひょう



1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)
おやこどん 親子丼 ちくわ 竹輪のいそべ揚げ にんじん 人参おかかあえ フルーツ (パイナップル)	ごはん プチエビフライ はるさめ 春雨サラダ ほうれん草と卵のソテー フルーツ (黄桃)	カレーライス とりにく からあげ 鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ フルーツ (りんご)	マーブルパン ベビーバターコロッケ スパソテー ぶたにく に 豚肉のトマト煮 イタリアンサラダ フルーツ (みかん)
8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)
ごまパン チーズオムレツ ほうれん草ソテー なす 茄子とマカロニのボロネーゼ パンプキンサラダ フルーツ (黄桃)	ごはん サバフライ ボイルキャベツ くき きんぴら ウインナーポテト フルーツ (りんご)	ごはん やきにく 焼肉 ピーマンソテー だいこん に 大根のみそ煮 しょうが 生姜きゅうり フルーツ (みかん)	ナポリタン ポテチキ きりぼしだいこん 切干大根サラダ フルーツ (パイナップル)
15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)
チキンカレー チーズはんぺんフライ フレンチサラダ フルーツ (りんご)	りんごパン しろみぎな 白身魚フライ (タルタル) ツナじゃが ぶたにく やさい 豚肉と野菜のソテー フルーツ (みかん)	ねぎ豚丼 はるさめ 春巻 もやし中華和え フルーツ (パイナップル)	ごはん ゆーりんちー 油淋鶏 なすと竹輪のみそ炒め はくさい 白菜のゆかりあえ フルーツ (りんご)
22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)
ふりかけごはん (さけ) とんかつ ブロッコリー ごもく 五目ひじき あつやきたまご 厚焼玉子 フルーツ (みかん)	ごはん チンジャオロース ちくわ 竹輪のマヨあえ さつまいも かんろに 甘露煮 フルーツ (パイナップル)	チーズパン ハンバーグハヤシソース インゲンソテー ウインナーのコンソメソテー ミモザサラダ フルーツ (りんご)	タコライス や 焼きもちこし天 あおな 青菜ともやしのナムル フルーツ (黄桃)
29日 (火)	30日 (水)	31日 (木)	
パンプキンパン タンドリーチキン はるさめ 春雨のスープ煮 ポテトサラダ フルーツ (パイナップル)	ごはん はっほうさい 八宝菜 ミートボール にんじん 人参サラダ フルーツ (黄桃)	ふりかけごはん (たまご) さけ しおや 鮭の塩焼き くき きんぴら せんぎ やさい 干切り野菜炒め ほうれん草のごま和え フルーツ (みかん)	

