



6がつこんだてひょう

1日 (月)	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木)	5日 (金)
ごはん <small>ぶたにく しょうが</small> 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ <small>やさい さんしょく</small> 野菜の三色あえ フルーツ (りんご)	ぶりかけごはん (さけ) ほくほくコロケ ボイルキャベツ なすと竹輪のみそ炒め <small>あつやきたまご</small> 厚焼玉子 フルーツ (みかん)	ごはん <small>とりにく しおいた</small> 鶏肉のうま塩炒め れんこんきんぴら フライドスイートポテト フルーツ (黄桃)	ジャージャー麵 <small>めん</small> ぎょうざフライ シーザーサラダ フルーツ (パイナップル)	イチゴパン クリームシチュー ミニハンバーグ グリーンサラダ フルーツ (りんご)
8日 (月)	9日 (火)	10日 (水)	11日 (木)	12日 (金)
ごはん ホイコーロー <small>たまご</small> 玉子きくらげ炒め シュウマイ フルーツ (みかん)	ミルクパン ハンバーグハヤシソース スパソテー <small>はくさい とりにく</small> 白菜と鶏肉のコンソメ煮 <small>しお</small> のり塩ポテト フルーツ (黄桃)	ごはん タレカツ ボイルキャベツ <small>きざ こんぶ にもの</small> 刻み昆布の煮物 <small>にんじん</small> 人参とツナのサラダ フルーツ (パイナップル)	ごはん カリッとチキン ほうれん草ソテー フロッコリーマヨおかかあえ <small>や</small> たこ焼き フルーツ (りんご)	ごはん <small>あかうお こうみや</small> 赤魚の香味焼き インゲンソテー <small>ごもく</small> 五目ひじき <small>いも</small> さつま芋サラダ フルーツ (みかん)
15日 (月)	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)
ごはん プルコギ <small>はなやさい</small> 花野菜ソテー タマゴサラダ フルーツ (黄桃)	カレーライス チキンカツ イタリアンサラダ フルーツ (パイナップル)	パンプキンパン ツナのチーズローフ マカロニソテー <small>やさい</small> きのこと野菜のソテー ジャーマンポテト フルーツ (りんご)	ぶりかけごはん (おかか) イカカツ <small>はるさめ</small> 春雨サラダ <small>い どうふ</small> 炒り豆腐 フルーツ (みかん)	<small>ぶたどん</small> 豚丼 <small>ちくわ</small> 竹輪のいそべ揚げ もやしおかかあえ フルーツ (黄桃)
22日 (月)	23日 (火)	24日 (水)	25日 (木)	26日 (金)
スパゲティミートソース チキントマトオムレツ ほうれん草ソテー ツナサラダ フルーツ (パイナップル)	ごはん <small>ぶたにく ちゅうかいだ</small> 豚肉の中華炒め わかめサラダ もやしとピーマンのソテー フルーツ (りんご)	ぶりかけごはん (たまご) <small>しろみざかな かお あ</small> 白身魚の香り揚げ <small>きりほしだいこんに</small> 切干大根煮 いんげんと竹輪のごまあえ フルーツ (みかん)	<small>くろざとう</small> 黒砂糖パン ささみフライ ミートボール <small>はくさい</small> 白菜とハムのサラダ フルーツ (黄桃)	ごはん <small>はっほうさい</small> 八宝菜 チヂミ 炒めナムル フルーツ (パイナップル)
29日 (月)	30日 (火)			
ごはん かにたま インゲンソテー <small>ぶたにく はるさめ いた もの</small> 豚肉と春雨の炒め物 <small>しょうが</small> 生姜きゅうり フルーツ (りんご)	ごはん <small>まーぼーとうふ</small> 麻婆豆腐 <small>はるまき</small> 春巻 ポテトサラダ フルーツ (みかん)			