

日	曜日	献立				
		主食	副食		添え物	
2	月	白ごはん	ヒートレスカレー	ウインターとブロッコリーの炒め物		冷凍みかん
3	火	コッペパン	ポークビーンズ	ピーマンの肉詰め		レーズンクリーム
4	水	白ごはん	厚揚げの中華煮	バンサンスー		
5	木	小型米粉パン	ちゃんぽん	焼きぎょうざ		
6	金	白ごはん	なすと冬瓜のみそ汁	鶏のから揚げ	糸こんにゃくのピリ辛炒め	
9	月	白ごはん	じゃが芋のそぼろ煮	夏野菜のせ冷奴		のりかつおふりかけ
10	火	ミルクパン	トマトと卵のスープ	小魚のアーモンドがらめ	白いんげん豆入りポテサラダ	
11	水	白ごはん	すまし汁	とりのてりやき	ゴーヤ肉みそ	
12	木	小型コッペパン	汁ビーフン	米粉のたこ焼き	手作りぶどうゼリー	
13	金	白ごはん	かしわ汁	竹輪の耶馬溪茶揚げ	山国の梨	
17	火	コッペパン	じゃがもちスープ	うさぎのハンバーグ	プロカリサラダ	十五夜ゼリー
18	水	チキンライス	やさいのスープ煮	たまごシート		1食ケチャップ
19	木	小型パインパン	わかめスープ	冷やし中華のめん	冷やし中華の具	冷し中華スープ
20	金	白ごはん	豚汁	白身魚のレモン風味	ミニトマト	
24	火	黒糖パン	キャベツと肉団子のスープ	なすミートグラタン		
25	水	白ごはん	だしのきいたカレーうどん	さんまおかか煮	茎わかめのきんぴら	
26	木	コッペパン	米粉のパンブキンスープ	豚肉のケチャップ炒め	キウイフルーツ	
27	金	白ごはん	にら豚じゃが	海藻と胡瓜のしらす和え		
30	月	白ごはん	切り干し大根の味噌汁	コーンしゅうまい	豚キムチ	