

月	火	水	木	金
<b>3</b> わかめごはん・牛乳 みそ煮込みうどん さつまいもと野菜のかき揚げ りんご	<b>4</b> 小パン・牛乳 チキンフランク ロシア風サラダ ボルシチ・りんごジャム	<b>5</b> ごはん・牛乳 ぶた肉と大根の煮物 イカリングフライ 水菜のごま和え・みかん	<b>6</b> プチパン・牛乳 フライドチキン ブロッコリーのサラダ コーンスープ・オムレットケーキ	<b>7</b> 赤飯・牛乳 サケの塩焼き ほうれん草のごま和え 呉汁(ごじる)・みかんゼリー
<b>10</b> カレーライス・牛乳 (麦ごはん) ゆでたまご 切り干し大根のハリハリ漬け	<b>11</b> 小パン・牛乳 とうふの中華煮 揚げはるまき かぶのサラダ	<b>12</b> 篠山まるごと丼・牛乳 (ごはん) 焼きシシャモ 白菜のごま和え	<b>13</b> 小パン・牛乳 大豆のトマトスープ煮 ミンチカツ 大根サラダ	<b>14</b> ごはん・牛乳 サバのゆずみそ かぼちゃのいとこ煮 えのきのすまし汁・みかん
<b>17</b> ごはん・牛乳 筑前煮 ごまめ かぶの甘酢和え・みかん	<b>18</b> 小パン・牛乳 焼きハンバーグ ポテトサラダ 野菜スープ・りんご	<b>19</b> ごはん・牛乳 とり肉のから揚げ キャベツの酢の物 とうふのみそ汁・みかん	<b>20</b> ごはん・牛乳 根菜のつくね 里芋のそぼろ煮 ゆばのすまし汁・りんご	

