

日	曜日	献 立				
		主食	副 食		添え物	
1	木	小型コッペパン	ナポリタンスパゲティ	ほうれん草オムレツ	コールスローサラダ	
2	金	白ごはん	すまし汁	かつおとポテトのオーロソース		かしわもち
7	水	白ごはん	わかめスープ	ヤンニョムチキン		
8	木	小型米粉パン	野菜たっぷり塩ラーメン	りんかけナッツ		
9	金	白ごはん	豚じゃが	大豆衣のメンチカツ	切干と小松菜のツナ和え	
12	月	白ごはん	五目うどん	揚げごぼうのごまがらめ		さけふりかけ
13	火	ミルクパン	オニオンスープ	まめまめキーマカレー	キウイフルーツ	
14	水	白ごはん	あぶたま丼	いわしの生姜煮	ブロッコリーのおかか和え	
15	木	コッペパン	大豆入りミネストローネ	マカロニグラタン		りんごジャム
16	金	白ごはん	じゃが芋のみそ汁	鶏肉のごま焼き	野菜サラダ	
19	月	白ごはん	煮ぐい	竹輪の耶馬溪茶揚げ	手作りかぼすゼリー	
20	火	コッペパン	じゃがもちスープ	きのこソースハンバーグ		チョコスプレッド
21	水	白ごはん	スタミナ麻婆豆腐	フルーツ杏仁		
22	木	耶馬溪のお茶パン	米粉コーンポタージュ	ハムとキャベツのソテー		
23	金	白ごはん	ポークカレー	グリーンサラダ		
26	月	白ごはん	けんちん汁	肉じゃがコロッケ	もやしのこんぶ和え	
27	火	小型黒糖パン	とり肉とペンネのトマト煮	大豆ナゲットのソースかけ		
28	水	白ごはん	じゃが芋のうま煮	手作りふりかけ		豆乳ムース
29	木	コッペパン	ラビオリスープ	枝豆とコーンのソテー	フルーツサンドの具	
30	金	白ごはん	具だくさん味噌汁	厚焼き玉子	しらたきとひじきの炒め煮	