



月	火	水	木	金
<p>2 ごはん・牛乳 豆腐ハンバーグの和風あん ごぼうのごま酢和え いものこ汁・みかん</p>	<p>3 ビビンバ・牛乳 (ごはん) (焼き肉・ナムル) わかめスープ</p>	<p>4 ごはん・牛乳 炒りとうふ チーズのすり身巻き チンゲン菜のごま和え・かき</p>	<p>5 まるパン・牛乳 とり肉の香味焼き スイートポテトサラダ 野菜スープ・ずんだもち</p>	<p>6 ごはん・牛乳 イワシのみりん干し焼き 五目豆煮 じゃがいものみそ汁</p>
<p>9 体育の日</p>	<p>10 にんじんごはん・牛乳 チキンレバーマリネ かきたま汁 ブルーベリーゼリー</p>	<p>11 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) 焼きチキンウインナー ほうれん草のアーモンド和え</p>	<p>12 小揚げパン・牛乳 とうふの煮物 春雨サラダ みかん</p>	<p>13 くりごはん・牛乳 サンマのゆずしょうゆ ちぐさและ きのこの赤だし汁</p>
<p>16 ごはん・牛乳 大学芋 切り干し大根の炒めナムル もやしのスープ</p>	<p>17 ごはん・牛乳 豚肉と大根の煮物 焼きシシャモ 小松菜とたくあんのごま和え</p>	<p>18 ごはん・牛乳 ちくわの磯辺揚げ ひじきの炒め煮 ぶた汁・ミニトマト</p>	<p>19 パン・牛乳 さつまいもシチュー ハムと野菜のサラダ 黒大豆の枝豆・みかん</p>	<p>20 ごはん・牛乳 キナゴのかりかりフライ きんぴらごぼう たまねぎのみそ汁</p>
<p>23 臨時休校</p>	<p>24 ごはん・牛乳 肉じゃが ごまじゃこ キャベツの酢の物</p>	<p>25 ごはん・牛乳 淡路玉ねぎコロッケ りっちゃんサラダ 大根のみそ汁・ミニトマト</p>	<p>26 プチパン・牛乳 皿うどん 蒸ししゅうまい フルーツヨーグルト</p>	<p>27 赤飯・牛乳 サケの塩焼き もみじ和え・ぶどうゼリー さつまいものみそ汁</p>
<p>30 ごはん・牛乳 筑前煮 だし巻きたまご・かき ほうれん草ともやしのおひたし</p>	<p>31 減量わかめごはん・牛乳 かやくうどん かぼちゃのかき揚げ 白菜とにんじんのごま和え</p>	<p>＜今月使用した地元野菜＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 50%;">・たまねぎ <li style="width: 50%;">・じゃがいも <li style="width: 50%;">・だいこん <li style="width: 50%;">・キャベツ <li style="width: 50%;">・さつまいも <li style="width: 50%;">・葉ねぎ <li style="width: 50%;">・白ねぎ <li style="width: 50%;">・干しいたけ <li style="width: 50%;">・丹波大納言小豆 <li style="width: 50%;">・丹波黒大豆の枝豆 		