























月	火	水	木	金
<div style="border: 2px dashed red; padding: 5px;"> <p><今月使用予定の地元野菜></p> <ul style="list-style-type: none"> ・たまねぎ ・キャベツ ・きゅうり ・にら ・うすいえんどう ・干しいたけ ・米（篠山産コシヒカリ） </div>			<p>1 パン・牛乳 スティックドッグ スパゲティサラダ 野菜スープ</p> 	<p>2 大豆ごはん・牛乳 ワカサギのマリネ じゃがいものみそ汁 河内ばんかん</p> 
<p>5 減量わかめごはん・牛乳 かやくうどん 新茶のかき揚げ ほうれん草ともやしのごま和え</p> 	<p>6 ごはん・牛乳 筑前煮 焼きイカ 野菜の緑茶和え・ミニトマト</p> 	<p>7 お茶ごはん・牛乳 アジの塩焼き 小松菜とキャベツのごま和え 呉汁（ごじる）</p> 	<p>8 お茶パン・牛乳 じゃがいものミルク煮 するめのかき揚げ ゆでえんどう・河内ばんかん</p> 	<p>9 ごはん・牛乳 豆腐ハンバーグの和風あん 粉ふきいもお茶風味 かきたま汁</p> 
<p>12 ごはん・牛乳 揚げはるまき 切り干し大根の炒めナムル わかめスープ</p> 	<p>13 カレーライス・牛乳 （麦ごはん） ゆでたまご ほうれん草のアーモンド和え</p> 	<p>14 ごはん・牛乳 チキンカツ キャベツのごま酢和え えのきのすまし汁</p> 	<p>15 パン・牛乳 ミネストローネ シーフードサラダ みかんジャム</p> 	<p>16 十穀米ごはん・牛乳 マスのごまだれ 小松菜とキャベツのおひたし とうふのみそ汁・冷凍みかん</p> 
<p>19 ごはん・牛乳 ちくわの天ぷら じゃこピーマン 沢煮椀・ミニトマト</p> 	<p>20 ナン・牛乳 大豆入りチキンカレー ポテトとアスパラのサラダ タカミメロン</p> 	<p>21 ごはん・牛乳 豚肉のしょうが焼き 小松菜ともやしのごま和え かぼちゃのみそ汁</p> 	<p>22 パン・牛乳 アスパラのスープ煮 たまごチーズサラダ びわ</p> 	<p>23 ごはん・牛乳 肉じゃが 焼きシシヤモ きゅうりの香味漬け</p> 
<p>26 ごはん・牛乳 とうふの煮物 蒸ししゅうまい 春雨サラダ</p> 	<p>27 ごはん・牛乳 揚げ豚肉の甘酢あん ゴーヤチャンプルー 白みそのみそ汁</p> 	<p>28 じゅうしい・牛乳 マーミナチャンプルー もずく汁 沖縄パインゼリー</p> 	<p>29 丸パン・牛乳 エビカツ そえ野菜 クリームスープ</p> 	<p>30 キャロットライス・牛乳 キャベツのスープ煮 ホキのマリネ ミニトマト</p> 