



月	火	水	木	金
<p>1 そぼろどんぶり・牛乳 (とりそぼろ・いりたまご) かぼちゃのみそ汁 ミニトマト</p>	<p>2 コーンごはん・牛乳 野菜のトマトスープ煮 エビカツ 大根サラダ</p>	<p>3 ごはん・牛乳 じゃがいもと厚揚げの煮物 ホッケの塩焼き 小松菜ともやしの甘酢和え</p>	<p>4 キャロットパン・牛乳 とり肉のアーモンドがらめ チンゲン菜とツナのサラダ ワンタンスープ・かき</p>	<p>5 ごはん・牛乳 チーズのすり身巻き 五目豆煮 じゃがいものみそ汁・みかん</p>
<p>8 体育の日</p>	<p>9 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) 焼きチキンフランク 切り干し大根のハリハリ漬け</p>	<p>10 にんじんごはん・牛乳 チキンレバーマリネ たぬき汁 かき</p>	<p>11 小あげパン・牛乳 とうふの煮物 はるさめサラダ みかん</p>	<p>12 くりごはん・牛乳 サバのゆずしょうゆ ちぐさし和え きのこの赤だし汁</p>
<p>15 ごはん・牛乳 切り干し大根の炒めナムル 大学芋 もやしのスープ</p>	<p>16 ごはん・牛乳 白花豆のコロッケ 荳わかめの炒め煮 たまねぎのみそ汁・ミニトマト</p>	<p>17 ごはん・牛乳 おでん 手作りサケふりかけ 小松菜とえのきのおひたし</p>	<p>18 小パン・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>19 ビビンバ・牛乳 (ごはん) (焼き肉・ナムル) わかめスープ</p>
<p>22 ごはん・牛乳 ミンチカツ りっちゃんサラダ 大根のみそ汁・ミニトマト</p>	<p>23 ごはん・牛乳 ぶた肉と大根の煮物 ひじきの炒め煮 小松菜とたくあんのごま和え</p>	<p>24 ごはん・牛乳 そばろ煮 焼きシシャモ キャベツの酢の物</p>	<p>25 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>26 赤飯・牛乳 サワラの塩焼き もみじ和え さつまいものみそ汁・ぶどうゼリー</p>
<p>29 ごはん・牛乳 筑前煮 だし巻きたまご ほうれん草のおひたし・みかん</p>	<p>30 ごはん・牛乳 豆腐ハンバーグの和風あん ごぼうサラダ 沢煮椀</p>	<p>31 ゆかりごはん・牛乳 かぼちゃコロッケ 白菜の酢の物 にゅうめん</p>	<div style="border: 2px dashed red; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>〈今月使用した地元野菜〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・たまねぎ</li> <li>・青ねぎ</li> <li>・にんにく</li> <li>・丹波大納言小豆</li> <li>・丹波黒大豆の枝豆</li> <li>・じゃがいも</li> <li>・きゅうり</li> </ul> </div>	
<p>31 ゆかりごはん・牛乳 かぼちゃコロッケ 白菜の酢の物 にゅうめん</p>				