



月	火	水	木	金
<div style="border: 2px dashed red; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <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%;">• にんじん <li style="width: 50%;">• キャベツ <li style="width: 50%;">• ジャがいも <li style="width: 50%;">• きゅうり <li style="width: 50%;">• 葉ねぎ <li style="width: 50%;">• ミニトマト <li style="width: 50%;">• 篠山茶 <li style="width: 50%;">• うすいえんどう </div>				<p>1 ごはん・牛乳 そばろ煮 焼きシシヤモ 茎わかめの酢の物</p> 
<p>4 減量ゆかりごはん・牛乳 かやくうどん 新茶とサクラエビのかき揚げ キャベツの香味漬け</p> 	<p>5 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>6 お茶ごはん・牛乳 イワシのみりん干し焼き 小松菜とキャベツのごま和え 呉汁（ごじる）・ミニトマト</p> 	<p>7 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>8 ごはん・牛乳 筑前煮 だし巻きたまご 野菜の緑茶和え</p> 
<p>11 ごはん・牛乳 蒸ししゅうまい 切り干し大根の炒めナムル わかめスープ</p> 	<p>12 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>13 ごはん・牛乳 ビーフコロッケ じゃこピーマン 沢煮椀・びわ</p> 	<p>14 パン・牛乳 ミネストローネ ポロニアステーキ シーフードサラダ</p> 	<p>15 大豆ごはん・牛乳 小アジのマリネ じゃがいものみそ汁 河内ばんかん</p> 
<p>18 ごはん・牛乳 チキンカツ チンゲン菜の酢の物 ゆばのすまし汁</p> 	<p>19 ごはん・牛乳 揚げ豚肉の甘酢あん にんじんしりしり 白みそのみそ汁</p> 	<p>20 じゅうしい・牛乳 ゴーヤチャンプル もずく汁 サーターアンダギー</p> 	<p>21 パン・牛乳 焼きチキンウインナー 野菜サラダ クリームスープ・りんごジャム</p> 	<p>22 ごはん・牛乳 炒り豆腐 焼きタコ天 もやしの甘酢和え</p> 
<p>25 ごはん・牛乳 豚肉のしょうが焼き 小松菜としめじのおひたし かぼちゃのみそ汁</p> 	<p>26 十穀米ごはん・牛乳 アジの塩焼き キャベツともやしのごま和え ぶた汁・さくらんぼゼリー</p> 	<p>27 ハヤシライス・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>28 パン・牛乳 エビカツ ごぼうサラダ はるさめスープ・河内ばんかん</p> 	<p>29 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> 