

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---



《 今月の地元食材 》

- にんじん
- はくさい
- 丹波黒大豆
- 玄米
- だいこん
- 白ねぎ
- 丹波大納言小豆
- 丹波篠山産コシヒカリ (農都のめぐみ米)
- キャベツ
- 青ねぎ
- きゅうり
- 米粉

<p>2 ごはん・牛乳 そぼろ煮 手作りサケふりかけ キャベツの香味漬け</p>	<p>3 ちらしずし・牛乳 淡路たまねぎコロッケ 小松菜と白菜のおひたし とうふの赤だし汁・ひなあられ</p>	<p>4 ビビンバ・牛乳 (ごはん) (焼き肉・もやしのナムル) わかめスープ</p>	<p>5 キャロットパン・牛乳 スープスパゲティ チキンウインナー みかんサラダ</p>	<p>6 赤飯・牛乳 エビフライ キャベツとコーンのサラダ たまねぎのみそ汁・いちごゼリー</p>
--	---	---	--	---



<p>9 カレーライス・牛乳 (玄米入りごはん) ゆでたまご 手作り福神漬け</p>	<p>10 黒豆ずし・牛乳 サワラの塩焼き ほうれん草と白菜のおひたし 沢煮椀・カスタード風クレープ</p>	<p>11 ごはん・牛乳 とり肉のから揚げ キャベツのごま酢和え じゃがいものみそ汁</p>	<p>12 パン・牛乳 大豆のトマトスープ煮 焼きメンチカツ 大根サラダ・いちごジャム</p>	<p>13 わかめごはん・牛乳 きつねうどん 菜の花とエビのかき揚げ 清見オレンジ</p>
--	--	--	---	---



<p>16 玄米入りごはん・牛乳 とうふチゲ チヂミ わかめとこんにゃくのサラダ</p>	<p>17 ごはん・牛乳 じゃがいもと厚揚げの煮物 焼きシシャモ 油揚げとわけぎのぬた和え</p>	<p>18 ごはん・牛乳 牛肉と大豆のしぐれ煮 野菜のかき揚げ たぬき汁</p>	<p>19 パン・牛乳 プレーンオムレツ バジルパスタ 野菜スープ・いちご</p>	<p>20 春分の日</p>
--	---	--	---	----------------



<p>23 ごはん・牛乳 八宝菜 (うすら卵は小中のみ) 焼きぎょうざ 中華サラダ</p>

