

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

《今月の地元食材》

- ・にんじん
- ・だいこん
- ・霧芋（山の芋）
- ・はくさい
- ・白ねぎ
- ・青ねぎ
- ・コベクロ納豆
- ・玄米
- ・丹波大納言小豆
- ・丹波篠山産コシヒカリ（農都のめぐみ米）



<p>2 玄米入りごはん・牛乳 五目ラーメン 肉団子の甘酢あん ツナサラダ</p>	<p>3 大豆ごはん・牛乳 イワシのかば焼き 小松菜とキャベツのごま和え とうふのすまし汁・はっさく</p>	<p>4 ごはん・牛乳 マーボー豆腐 しゅうまい チンゲン菜の中華和え</p>	<p>5 パン・牛乳 ポークビーンズ たまごチーズサラダ ネーブル</p>	<p>6 ごはん・牛乳 とり肉のさっぱり煮 コベクロ納豆のかき揚げ 黒豆みそのみそ汁</p>
<p>9 救給カレー・牛乳 (中学校のみおにぎり付き)</p>	<p>10 ゆかりごはん・牛乳 肉豆腐 くじら肉のオーロラ煮 切り干し大根のはりはり漬け</p>	<p>11 建国記念の日</p>	<p>12 小揚げパン・牛乳 たまごとじ煮 春雨サラダ ぼんかん</p>	<p>13 ごはん・牛乳 マスのごまだれ うの花の炒り煮 白菜のみそ汁</p>
<p>16 ごはん・牛乳 大豆とごぼうのミンチカツ 茎わかめの炒め煮 とうふのみそ汁</p>	<p>17 ハヤシライス・牛乳 (玄米入りごはん) プレーンオムレツ キャベツのアーモンド和え</p>	<p>18 ごはん・牛乳 ヤンニョムチキン 子大豆もやしのナムル わかめスープ</p>	<p>19 ココアパン・牛乳 じゃがいものミルク煮 チキンウインナー ドレッシングサラダ</p>	<p>20 赤飯・牛乳 メバルの塩焼き ほうれん草のおひたし 霧芋の雲海汁・豆乳プリン</p>
<p>23 天皇誕生日</p>	<p>24 ごはん・牛乳 サバのゆずおろしだれ ダイコンサラダ ウサギダイコンのすまし汁</p>	<p>25 ごはん・牛乳 いも煮 焼きシシャモ 油揚げと白菜のごま酢和え</p>	<p>26 パン・牛乳 ミネストローネ フィレオチキン ごぼうサラダ・ネーブル</p>	<p>27 ごはん・牛乳 みそカツ 茎わかめの酢の物 かきたま汁</p>
<p>天皇誕生日</p>				