

2日（月）



ごはん
小松菜ふりかけ
牛乳
生揚げのカレー煮
香り漬け

3日（火）



きつね丼
（ごはん）
ジョア
かぼちゃとナッツのから
揚げ
なめたけ和え

4日（水）



かむかむキムチライス
牛乳
きびなごサクサク揚げ
わかめスープ

5日（木）



黒パン
牛乳
あさりのチャウダー
れんこんサラダ
メロン

6日（金）



梅わかめごはん
牛乳
いわしの生姜煮
豚汁

9日（月）



ごはん
ごましお
牛乳
こんにゃくのおかか煮
変わり磯香和え

10日（火）



かき揚げ丼
（ごはん）
牛乳
すまし汁
ゆかり和え

11日（水）



山菜うどん
（地粉うどん）
牛乳
小魚入り大豆の
しゃりしゃり揚げ
胡麻和え

12日（木）



ごはん
牛乳
ホキの韓国薬味ソース
トックスープ
ナムル

13日（金）



セルフチキンカツバーガー
（子供パン・チキンカツ・
ボイルキャベツ）
牛乳
野菜のスープ煮
スクールヨーグルト

16日（月）



トマトとヨロ研ズッ
キーニのスパゲッティ
牛乳
手作りおからナゲット
小松菜サラダ

17日（火）



ごはん
牛乳
油麴の卵とし
秩父こんにゃくサラダ

18（水）



狭山抹茶揚げパン
牛乳
豆腐のスープ煮
ひじきのマリネ

19日（木）



しゃくしなガーリック
チャーハン
牛乳
さわら海苔胡麻フライ
こめこめサラダ

20日（金）



ごはん
牛乳
彩の国納豆
肉じゃが
即席漬け

23日（月）



あおなとハムのピラフ
牛乳
ししゃもフライ
トマトと卵のスープ

24日（火）



ごはん
牛乳
すき焼き風煮
和風サラダ

25日（水）



ジャージャー麺
（ホット中華麺）
牛乳
膝子のポテト
中華きゅうり

26日（木）



もずく丼
（ごはん）
あじの竜田揚げ
浅漬け

27日（金）



ナン
牛乳
大豆入りドライカレー
海藻サラダ
ラッシー風ゼリー

30日（月）



ごはん
牛乳
マーボーなす
にらともやしのナムル