



月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
おやすみ 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・おから入り和風ハンバーグ ・切干大根煮 ・ブロッコリーとコーンのサラダ ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・高野豆腐のトマト煮 ・里芋のチーズ焼き ・いんげんのおかか和え ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・根菜カレー ・いわしの納豆揚げ ・わかめとコーンのソテー ・かぼちゃサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・きつねうどん ・鮭とポテトのバター醤油炒め ・ブロッコリーのかにかまあんかけ ・白和え
	大学芋	れんこんチヂミ	フルーツヨーグルト	おかかチーズおにぎり
10	11	12☆ひもおとし会	13	14
<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・さばのみそ煮 ・ジャーマンポテト ・大豆と小松菜の和え物 ・春雨スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・ナスの豚ケチャップ炒め ・カリフラワーのカレー煮 ・さつま芋のごま和え ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ちらし寿司 ・里芋と鶏肉のはちみそ和え ・根菜きんぴら ・パインサラダ ・しじみ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ラーメン ・赤魚の煮付け ・かぼちゃとウインナーの炒め物 ・キャベツのナムル 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・マーボー厚揚げ ・きのこことじゃが芋のソテー ・ひじきとツナのサラダ ・すまし汁
ごまチーズクッキー	ツナしょうがおにぎり	りんごカップケーキ	さつま芋プリン	ピザまん
17	18☆誕生会	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> ・コロコロおさつのドライカレー ・鶏肉と大根煮 ・れんこんのソテー ・ほうれん草の中華和え ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・たらこスパゲッティ ・鮭みそじゃが ・小松菜とベーコンのソテー ・スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・豆腐グラタン ・人参と糸昆布煮 ・れんこんとツナのごま和え ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・のり塩チキン ・かぼちゃのそぼろ煮 ・春雨サラダ ・すまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・さわらのごま風味焼き ・彩りひじき ・柿サラダ
紅茶ケーキ	さつま芋ごはん	里芋コロケ	みそチーズトースト	おからクッキー
24	25	26	27	28
お休み 	<ul style="list-style-type: none"> ・五穀ごはん ・大豆とポテトのチリソース風 ・チンゲン菜の洋風煮 ・切干大根とれんこんのサラダ ・スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・さばの中華あんかけ ・人参ときのこと炒め ・和風サラダ ☆みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・レバーのガリバター炒め ・さつま芋とソーセージ煮 ・カブとほうれん草の和え物 ・スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ニラそぼろ丼 ・レンコン入りアジバーク ・小松菜とじゃこ煮 ・コロコロサラダ
	さつま芋たっぷり汁	オニオンチーズスコーン	ビーフン	キャロットマフィン

※ 毎日食事にはフルーツがつきます。

※ 魚は変更になることがあります。

※ ☆みそ汁は今月のひまわり組誕生児の希望みそ汁です。好きな具を選んでもらいました。

※ おやつ時には牛乳またはお茶を飲みます。

※ ♡の日ともも組は別のおやつを出す場合があります。