



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	31	1	2
					フライドチキン ウインナーと野菜炒め ツナキャベツサラダ	
3	4	5	6	7	8	9
	豆腐ハンバーグ レンコン金平 ブロッコリーサラダ	サーモン、イカフライ なすの煮浸し かぼちゃサラダ	鶏肉塩こうじ焼き 春巻き パスタサラダ	豚肉のプルコギ ごまだれ水餃子 キャベツのチョレギサラダ	エビカツ 切干大根 グリーンサラダ	
10	11	12	13	14	15	16
	ヤンニョムチキンと焼売 マーボー茄子 春雨サラダ	トンテキ カレーコロッケ マカロニサラダ	鯖の塩焼き 大学芋 小松菜と 菜の花のからし和え	八宝菜 焼きようざ 蒸し鶏のサラダ	鶏の唐揚げと生姜焼き きんぴらごぼう コーンキャベツサラダ	
17	18	19	20	21	22	23
	ケイジャンチキン ハムカツ ブロッコリーサラダ	アジフライと はんぺんチーズカツ フキの煮物 海藻サラダ	豚丼風 エビフライ さつま芋サラダ	油淋鶏 春巻き 三食ナムル	メンチカツ、ヒレカツ ひじきの煮物 グリーンサラダ	
24	25	26	27	28	29	30
	ハンバーグとチキンカツ 切干大根 ポテトサラダ	赤魚のみりん焼き 根菜の煮物 菜の花のごま和え	豚肉と 白菜のおろしぼん酢 一口いか天 マカロニサラダ	鶏肉の ガーリックソースかけ オムレツ 海藻サラダ	トンカツ レンコン金平 ツナキャベツサラダ	
31	1					

