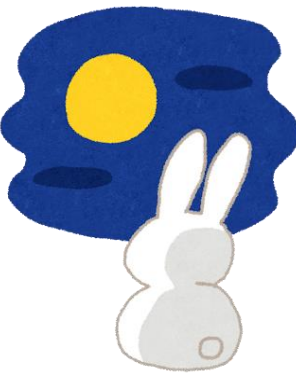


月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
ゆかりごはん 塩焼きそば 中華スープ	他人丼 きゅうりの酢の物 果物（梨）	ごはん 魚のパン粉焼き 野菜ソテー マカロニスープ	ごはん 筑前煮 ツナとわかめの和え物	麦ごはん レバーとポテトのマリ アナソース キャベツサラダ コンソメスープ
				
9	10	11	12	13
ごはん しらたきのピリカラ 炒め けんちん汁	ごはん 麻婆豆腐 おきな和え	ビビンバ わかめスープ 冷凍みかん	ごはん 魚の照り焼き（鮭） 莼わかめの酢の物 すまし汁	茄子のミートスパ グッティ フレンチサラダ チーズ
				
16	17	18	19	20
敬老の日	ごはん 鶏肉の南蛮焼き ごま酢和え 月見汁・ぶどうゼリー	クロワッサン 太刀魚のオリーブオイル 焼き 小松菜のチーズ和え 野菜スープ	おはぎ わかめうどん かおり和え	麦ごはん そぼろ煮 そうめん瓜のサラダ
				
23	24	25	26	27
秋分の日	ターメリックライス キーマカレー 小松菜とコーンのサ ラダ	ごはん 酢豚 もずくスープ	ごはん がんもどきの煮物 カリカリじゃこサラダ	麦ごはん 鶏肉の香味揚げ ごま和え 味噌汁
				
31	R6年  			
ごはん 生揚げの煮物 ちくわのみそドレ				
				