

1 (水)	中華丼 (小麦・タコ) ビーマン肉詰めフライ (卵・小麦)	卵・小麦・タコ エ:733 たん:22.6 脂:16.2	15 (水)	豚肉と野菜の生姜焼き丼 (小麦) チキンナゲット (乳・小麦)	乳・小麦 エ:722 たん:24.4 脂:21.1	24 (金)	ごはん 鶏の照り焼き (小麦) 切昆布の煮物 (卵・小麦) ひじきとコーンの和え物 (小麦) 野菜つくね (卵・乳・小麦) 漬物 根菜汁	卵・乳・小麦 エ:820 たん:26.6 脂:18.4
★ 2 (木)	ごはん ハンバーグ (乳・小麦) キャベツサラダ (小麦) 和風パスタ (小麦) ふりかけ (卵・乳・小麦) 豆腐の味噌汁	卵・乳・小麦 エ:845 たん:27.4 脂:18.4	★ 16 (木)	ごはん からあげ (卵・小麦) ミニフランク コンソメパスタ (乳・小麦) キャベツの昆布和え もやしの味噌汁	卵・乳・小麦 エ:826 たん:21.7	27 (月)	ポークカレー (乳・小麦・ヤマイモ) 小松菜と卵の和え物 (卵・小麦)	卵・乳・小麦・ヤマ イモ エ:851 たん:18.8 脂:23.2
8 (水)	鶏肉のトマト煮丼 (乳・小麦) オムレツ (卵・小麦)	卵・乳・小麦 エ:768 たん:24.6 脂:17.1	17 (金)	ごはん 麻婆豆腐 (小麦) 春巻き (小麦) ピーマン炒め (小麦) コチュジャン和え (小麦) 漬物 えのきの味噌汁	小麦 エ:758 たん:21.9 脂:12.1	28 (火)	ごはん 白身フライ (小麦) 肉野菜炒め (小麦) もやしの和え物 (卵・小麦) ドレッシング (小麦) ふりかけ (卵・乳・小麦) 漬物 じゃがいもの味噌汁	卵・乳・小麦 エ:760 たん:21.8 脂:13.7
★ 9 (木)	ごはん チキン竜田 (小麦) コロッケ (小麦) コンソメパスタ (乳・小麦) 春雨サラダ (小麦) なめこの味噌汁	乳・小麦 エ:907 たん:19.8 脂:24.7	20 (月)	キーマカレー (乳・小麦・ヤマイモ) えのきとキャベツの和え物 (卵・小麦)	卵・乳・小麦・ヤマ イモ エ:860 たん:23.3 脂:21.7	29 (水)	親子丼 (卵・小麦) かにクリームコロッケ (卵・乳・小麦・カニ)	卵・乳・小麦・カニ エ:741 たん:20.0 脂:22.6
10 (金)	ごはん もちもち肉みそフライ (乳・小麦) ミニ野菜コロッケ (小麦) 彩りサラダ (小麦) ふりかけ (卵・乳・小麦) 漬物 キャベツの味噌汁	卵・乳・小麦 エ:731 たん:14.3 脂:11.9	21 (火)	ごはん サバの竜田揚げ (小麦) チキンナゲット (乳・小麦) 焼きそば (小麦) もやしの和え物 (小麦) 漬物 豆腐の味噌汁	乳・小麦 エ:820 たん:24.5 脂:18.9	★ 30 (木)	ごはん チキン竜田 (小麦) タルタルソース (卵・小麦) 厚焼卵 (卵・小麦) 和風パスタ (小麦) 大根の中華和え もやしとキャベツの味噌汁	卵・小麦 エ:846 たん:20.2 脂:22.6
13 (月)	メンチカツカレー (乳・小麦・ヤマイモ)	乳・小麦・ヤマイモ エ:895 たん:15.9 脂:28.0	22 (水)	厚揚げとそぼろ煮丼 (卵・小麦) ミートオムレツ (卵・乳・小麦)	卵・乳・小麦 エ:715 たん:22.5 脂:15.3	31 (金)	うどん (小麦) カレーコロッケ (乳・小麦) 和風サラダ (小麦) 鮭ふりかけご飯 (卵・乳・小麦)	卵・乳・小麦 エ:714 たん:17.9 脂:12.6
14 (火)	ごはん 豚肉と厚揚げの味噌炒め (小麦) にら餅頭 (小麦) 海藻サラダ (小麦) ドレッシング (小麦) ふりかけ (卵・乳・小麦) 漬物 大根の味噌汁	卵・乳・小麦 エ:800 たん:24.9 脂:18.9	★ 23 (木)	ごはん 豆腐ハンバーグ (卵・乳・小麦) アジフライ (小麦) カレーパスタ (乳・小麦) 春雨の酢の物 (小麦) 高野豆腐の味噌汁	卵・乳・小麦 エ:880 たん:26.6 脂:18.4			