



こんだてひょう



	14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)	19日 (土)
1 0 じ	にゅうさんきん いんりょう	にゅうさんきん いんりょう	にゅうさんきん いんりょう	にゅうさんきん いんりょう	にゅうさんきん いんりょう	にゅうさんきん いんりょう
お ひ る	- ごはん - ぶたにくのソテー - つけあわせ (キャベツ・きピーマン) - うのはなのいりに - そうめんじる	- ごはん - にくうどん - あつあげの ごもくに 	- ごはん - さかなの ゆずみそやき - つけあわせ (はくさい・しゅんぎく) - なすの そぼろに - すましじる	- ごはん - あかうおの みりんやき - つけあわせ (ちんげんさい・にんじん) - きりぼし だいこんのもの - すましじる	- ごはん - とりの 外タタリ-スかけ - つけあわせ (ブロッコリー) - かぼちゃの にもの - ちゅうかスープ	- ごはん - とりにくの てりやき - つけあわせ (さつまいも) - しろなの にびたし - ヨーソクリーム-プ
お や つ	ウエハース	クッキー	ソフトせんべい	ウエハース	クッキー	ソフトせんべい

