



2 月	3 火	4 水	5 木	6 金
野菜肉巻き ーロイカフライ ジャーマンポテト 大根サラダ フルーツ	鶏肉の味噌炒め ハムカツ ブロッコリー 筍煮 フルーツ	サバの塩焼き 焼売 焼きそば ドライカレー フルーツ	ささみ磯辺フライ 八幡巻き レンコン金平 若布の青じそ和え フルーツ	ハンバーグ ハッシュポテト スパゲティソテー ブロッコリーサラダ フルーツ
9 月	10 火	11 水	12 木	13 金
エビカツ 粉ふき芋 キャベツの塩昆布和え インゲンの味噌和え フルーツ	メンチカツ 蒸しとうもろこし 焼きうどん 青梗菜中華和え フルーツ	豚すき煮 焼き豆腐 人参煮 ポテトサラダ フルーツ	野菜コロッケ さつま芋甘煮 金平ごぼう 肉団子のケチャップ煮 フルーツ	チキン南蛮 枝豆 もやしソテー 大根のおかか煮 フルーツ
16 月	17 火	18 水	19 木	20 金
春巻き たこウィンナー 焼きそば 麻婆豆腐 フルーツ	豆腐ハンバーグ レンコンの天ぷら 青菜の和え物 白菜和風サラダ フルーツ	照焼きチキン おからポテト キャベツソテー ミートパンネ フルーツ	エビフライ ハムステーキ 春雨ソテー ブロッコリーソテー フルーツ	白身魚フライ さつま揚げ煮 和風スパゲティ 南瓜そぼろ煮 フルーツ
23 月	24 火	25 水	26 木	27 金
コーンコロッケ ロールキャベツ もやしのゆかり和え ほうれん草とウィンナーのソテー フルーツ	鶏の竜田揚げ ミートボール マカロニソテー ひじきサラダ フルーツ	サケのカレー焼き 大学芋 ビーフソテー 切干大根のサラダ フルーツ	豚肉の生姜焼き 竹輪の天ぷら 枝豆 春雨の酢の物 フルーツ	イカカツ さくら焼売 キャベツソテー ツナじゃが フルーツ

