

| 日  | 曜日 | 献立         |                                     |                       |
|----|----|------------|-------------------------------------|-----------------------|
|    |    | 主 食        | 副 食                                 | 添 え 物                 |
| 1  | 木  | ごはん        | ぶた汁<br>いわしのみぞれに                     | 一食ひじきのり               |
| 2  | 金  | ごはん        | ジャージャンどうふ<br>ナムルサラダ                 |                       |
| 5  | 月  | こがたミルクパン   | ナポリタンスパゲティ<br>フルーツヨーグルト             |                       |
| 6  | 火  | ごはん        | わかめとたまごのスープ<br>プルコギビーフ              |                       |
| 7  | 水  | こがたこくとうパン  | クリームシチュー<br>キャベツサラダ                 | さつまいもとくりのタルト          |
| 8  | 木  | すくなめわかめごはん | おでん<br>かみかみナッツ                      | やまくに にいたか<br>山国なし（新高） |
| 9  | 金  | ごはん        | うおそうめん汁<br>みそかつ                     | ブルーベリーゼリー             |
| 13 | 火  | ごはん        | とうにゅうかぼちゃポタージュ<br>ミートローフ ケチャップソースがけ |                       |
| 14 | 水  | こくとうぱん     | A B C スープ<br>キャンディポテト               |                       |
| 15 | 木  | ごはん        | ちゃんこなべ<br>こざかなつくだに                  | 一食しおのり                |
| 16 | 金  | ごはん        | けんちん汁<br>ホキてんたまあげ<br>かみかみあえ         |                       |
| 19 | 月  | こがたコッペパン   | コーンポタージュ<br>てりやきハンバーグ<br>コールスロー     |                       |
| 20 | 火  | ごはん        | とうにゅうみそ汁<br>トリニータどん                 |                       |
| 21 | 水  | ココアミルクパン   | ポトフ<br>えびマカロニグラタン                   |                       |
| 22 | 木  | ごもくかまめし    | わかめうどん<br>ごぼうチップス                   |                       |
| 23 | 金  | ごはん        | タイピーエン<br>れんこんのごまドレサラダ              | あじかつおふりかけ             |
| 26 | 月  | こがたこめこパン   | あんかけ焼きそば<br>ぼうぎょうざ                  |                       |
| 27 | 火  | ごはん        | きんぴらぶたどん<br>はくさいのかぼすあえ              |                       |
| 28 | 水  | 手作りフォカッチャ  | ヒートレスカレー<br>イタリアンサラダ                | ポケモンチーズ               |
| 29 | 木  | キャロットピラフ   | ラビオリスープ<br>ピザはるまき                   |                       |
| 30 | 金  | ごはん        | かきたま汁<br>キムタクいため                    | パンプキンババロア             |