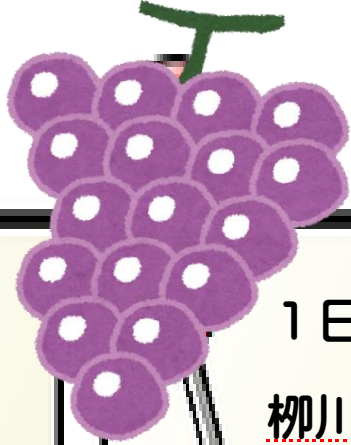


30日 (月)

トマトオムレツ

ほうれん草のごま和え

みそ汁 (葱・わかめ)

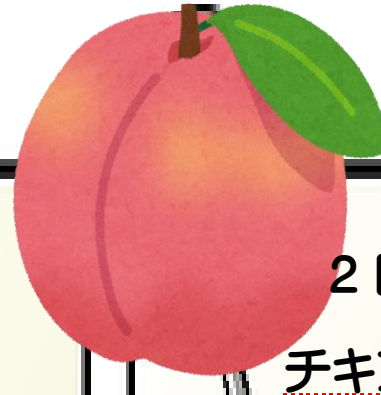


1日 (火)

柳川もどき

ほうれん草の磯和え

みそ汁 (もやし・油揚げ)



2日 (水)

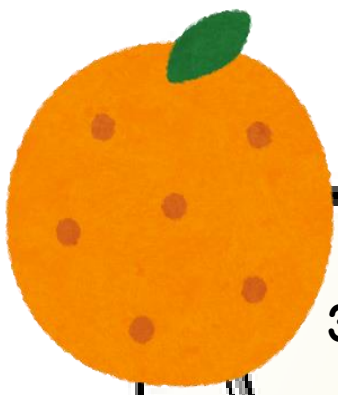
チキンソテー

付け合わせ (ミニトマト)

いり卵入り納豆

みそ汁 (里芋・葱)

果物 (キウイフルーツ)

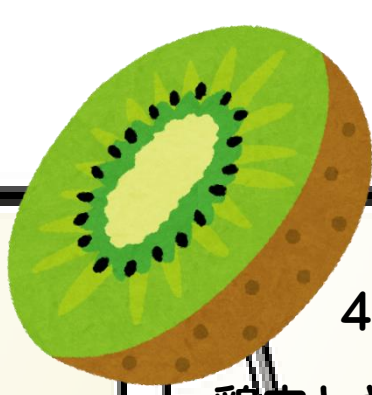


3日 (木)

鮭の西京焼き

サイコロサラダ

すまし汁 (ほうれん草・人参)



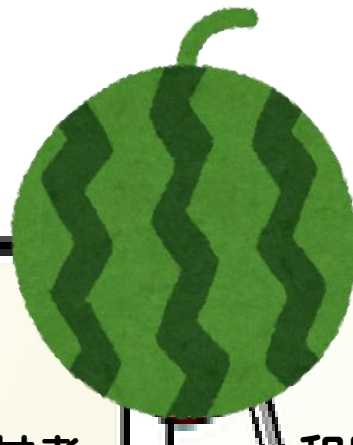
4日 (金)

鶏肉とさつまいもの甘煮

野菜のごまマヨネーズ和え

みそ汁 (豆腐・なめこ)

果物 (りんご)



5日 (土)

和風スパゲティ

牛乳

ゼリー

果物

