

2021ねんど きゅうしょく☆こんだて 2がつ

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|---|--|---|
| | 1日 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 |
| | わかめごはん ちきんぐらたん 鶏もも肉、たまねぎ、チーズ わふうさらだ キャベツ、にんじん、もやし、カットわかめ ぷる一つ | みーとそーす スパゲティ、豚ひき肉、にんにく、たまねぎ、にんじん、セロリ、しめじ ぼてと ジャがいも ぷる一つ | ごはん さけかおりみそやき サゲ、こま ほうれんそうそてー ほうれん草、しめじ、たまねぎ、にんじん ぷる一つ | ごはん どらいかれー 豚ひき肉、にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、ジャがいも、ピーマン、セロリ | しょうゆらーめん 生めん、にんじん、豚肩ロース、ほうれん草、わかめ、ねぎ ぷる一つ |
| 7日 | 8日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 |
| ごはん ごぼうのちやぶちやえ はるさめ、豚ロース、ごぼう、にんじん、たまねぎ、にら あさづけ かぶ、きゅうり ぷる一つ | ごはん ちきんかつ 鶏もも肉 まかろにさらだ にんじん、キャベツ、きゅうり、マカロニ、コーン ぷる一つ | ごはん てりやきちきん 鶏もも おんやさいさらだ にんじん、ブロッコリー、さつまいも ぷる一つ | ごはん さけのむにえる サゲ ごまさらだ キャベツ、にんじん、きゅうり、ほうれん草 ぷる一つ | おやすみ | きのこすばけてい スパゲティ、えのき、しめじ、たまねぎ、黄ピーマン、ピーマン、ワインナー ぷる一つ |
| 14日 | 15日 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 |
| ひじきとつなごはん ひじき、ツナ とんじる 豚ばら、だいこん、ジャがいも、ねぎ、木綿豆腐、こんにゃく ぷる一つ | ゆかりごはん にくじゃが 豚肩ロース、にんじん、たまねぎ、ジャがいも、しらたき いんげんごまあえ いんげん ぷる一つ | とりなんぼうどん にんじん、鶏もも肉、油揚げ、たまねぎ、まいだけ、かぼちゃ、ねぎ きゅうりしょうゆづけ きゅうり ぷる一つ | ごはん さけからあげ サゲ ぼてとさらだ ジャがいも、きゅうり、にんじん、コーン ぷる一つ | ごはん さんしょくどん ほうれん草、豚ひき肉、凍り豆腐 | やきそば やきそばめん、豚肩ロース、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、あおのり ぷる一つ |
| 21日 | 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 |
| ごはん きゃべつはんぱーぐ 豚ひき肉、鶏ひき肉、キャベツ、豆乳、パン粉、ながいも みにとまと ゆでぶろっこりー ぷる一つ | ごはん ほたてふらい ホタテ はるさめさらだ はるさめ、にんじん、きゅうり、もやし、コーン ぷる一つ | おやすみ | ごはん さけしおやき さけ きりぼしだいこんに 切り干し大根、大豆、にんじん、油揚げ、こんにゃく ぷる一つ | ごはん ぼーくかれー 豚肩ロース、しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、ジャがいも、さつまいも、しめじ | きのこやさいうどん 干しうどん、にんじん、たまねぎ、豚肩ロース、まいだけ、えのき、はくさい ぷる一つ |
| 28日 | | | | | |
| けちやっぶごはん ソーセージ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン やさいすーぶ たまねぎ、キャベツ ぷる一つ | | | | | |