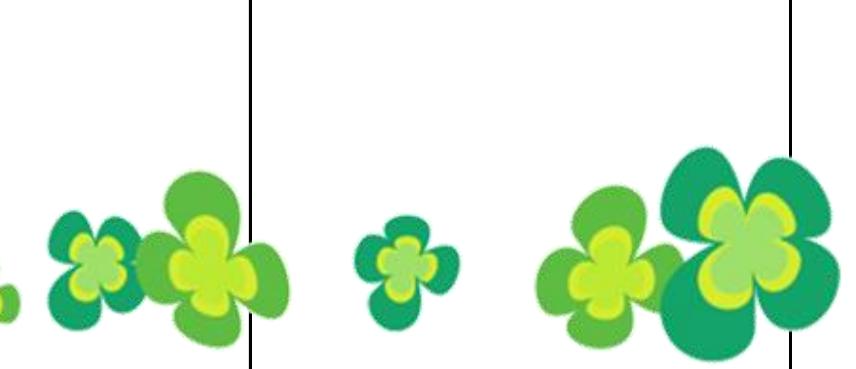


月	火	水	木	金
			創立記念日	身体測定
5	6	7	8	9
		<p>アジの竜田揚げ プロッコリーの和え物 油揚げとキャベツの煮びたし こんにゃくの甘辛煮 白菜のゆかり和え 海苔の佃煮</p> <p>牛乳 ごはん</p>	<p>ハンバーグきのこソース 小松菜とじゃこの炒め物 マカロニのケチャップ炒め いんげんの和え物 ポテトフライ</p> <p>牛乳 ごはん</p>	<p>豚肉と玉葱の煮物 ほうれん草の和え物 ひじき煮 金時豆 たらこふりかけ</p> <p>牛乳 ごはん</p>
		I摺り -740kcal	I摺り -820kcal	I摺り -778kcal
12	13	14	15	16
<p>サワラのソース煮 プロッコリーのソテー 切干大根とオクラの中華和え 小松菜のさっと煮 なめたけ</p> <p>牛乳 ごはん</p>	<p>豚肉のしょうが炒め 白菜としめじの煮びたし にんじんしりしり ミニいちごゼリー</p> <p>牛乳 ごはん</p>	<p>鶏の甘酢 オクラの和え物 焼きそば もやしとニラのソテー チーズ</p> <p>牛乳 ごはん</p>	<p>すきやき れんこんのきんぴら ほうれん草とささみの和え物 ふかし芋</p> <p>牛乳 ごはん</p>	<p>豚肉の甘辛炒め チキンナゲット キャベツとコーンのさっと煮 ツナわかめそぼろ</p> <p>牛乳 ごはん</p>
I摺り -765kcal	I摺り -842kcal	I摺り -896kcal	I摺り -773kcal	I摺り -880kcal
19	20	21	22	23
<p>牛肉と小松菜の中華炒め 揚げ餃子・揚げシュウマイ もやしとチキンのナムル キャベツと三つ葉の和え物</p> <p>牛乳 ごはん</p>	<p>焼サバのおろしソース ほうれん草と錦糸卵の和え物 高野豆腐の含め煮 オクラとえのきの和え物 昆布の佃煮</p> <p>牛乳 ごはん</p>	<p>豚じゃが 肉団子の甘酢あんかけ 小松菜のごま和え ヨーグルトゼリー ふりかけ</p> <p>牛乳 ごはん</p>	<p>鶏の唐揚げ 白菜の煮びたし ナポリタン ほうれん草のソテー チーズ</p> <p>牛乳 ロールパン</p>	<p>豚肉の醤油炒め 人参とささみの梅炒め だし巻き卵 オクラのおかか和え</p> <p>牛乳 ごはん</p>
I摺り -867kcal	I摺り -827kcal	I摺り -908kcal	I摺り -881kcal	I摺り -807kcal
26	27	28	29	30

春期考査