



のこんだて

2024. 4. 1 Tossie

<p>1 お弁当を お願いします</p> 	<p>2 ごはん 魚のみそ焼き きんぴらごぼう キャベツの おひか和え 豆腐のみそ汁</p>	<p>3 お弁当を お願いします</p> 	<p>4 ごはん 厚あげの みそ炒め キャベツの 中華和え もやしのスープ</p>	<p>5 ひじき ごはん じゃがいもの そばろ煮 ブロッコリーの おひか和え 豚汁</p>	
<p>8 ごはん 魚のクリーム煮 りんごサラダ 豆腐のみそ汁</p>	<p>9 魚まごはん 五目豆 小松菜の ごま和え じゃがいものみそ汁</p>	<p>10 ごはん 笑鳥肉の照り焼き かぼちゃの オーブン焼き 七干大根サラダ 大根のみそ汁</p>	<p>11 ごはん 魚のごま焼き じゃがいもの 塩炒め キャベツの石焼和え 厚あげのみそ汁</p>	<p>12 高野豆腐 そばろ井 さつまいもの甘煮 キャベツと魚まの サラダ トロトロ納豆汁</p>	
<p>15 ごはん 魚のオイル焼き お豆のサラダ さつまいものみそ汁</p>	<p>16 ツナごはん じゃがいもの 豆乳米粉グラタン スタップえんどうの おひか和え 野菜スープ</p>	<p>17 ごはん 魚の アフリカツタ風 さつまいもサラダ 呉汁</p>	<p>18 ごはん 肉じゃが 七干大根サラダ きのこのみそ汁</p>	<p>19 ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ 大根のスープ</p>	
<p>22 豆ごはん 魚の干物 小松菜の 糸内豆和え きのこのみそ汁</p>	<p>23 ごはん 笑鳥肉のみそ焼き じゃがいもの オーブン焼き キャベツの石焼和え 大根のみそ汁</p>	<p>24 ごはん 魚の照り焼き にんじんの 塩きんぴら ブロッコリーの おひか和え じゃがいものみそ汁</p>	<p>25 お弁当を お願いします</p> 	<p>26 ごはん 魚まの ちゃんちゃん焼き ポテトサラダ 厚あげのみそ汁</p>	
	<p>30 ごはん 魚の きのこあんかけ お豆のサラダ 豆腐のみそ汁</p>	<p>※ 食材の都合により、メニューを変更することがあります。</p>			

