

月 日(曜日)	内 容
10月	牛ときのこの肉豆腐+他2品
11月	鮭のほうれん草クリームソースがけ+他2品
12月	挽き肉とブロッコリーのオムレツ+他2品
1月	豚と白菜のうま煮+他2品
2月	塩サバと野菜のアクアパッツァ+他2品
3月	牛と玉ねぎの卵とじ+他2品