



月	火	水	木	金
	9 ごはん・牛乳 イワシの竜田揚げ カニとうどの酢の物 とうふのみそ汁・日向夏みかん	10 ごはん・牛乳 たまごとし煮 アジのみりん干し 茎わかめの炒め煮・いちご	11 小パン・牛乳 スープスパゲティ ポークハムと野菜のサラダ 黒豆のきなこ豆	12 サケとコーンの酢めし 牛乳・ちくわの磯辺揚げ 小松菜とゆばのごま和え 若竹汁・さくらもち
15 減量梅ごはん・牛乳 かやくうどん シンコとわかめのかき揚げ ほうれん草とえのきのおひたし	16 小パン・牛乳 焼きチキンウィンナー 大豆のトマトスープ煮 ヨーグルトサラダ	17 ごはん・牛乳 サワラの木の芽みそ たけのこのおかか煮 かきたま汁・いちご	18 小キャロットパン・牛乳 とうふの中華煮 揚げぎょうざ ビーフンサラダ	19 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) プレーンオムレツ・ミニマト ほうれん草のアーモンド和え
22 ごはん・牛乳 すぶた 中華和え 味付けのり・いちご	23 小パン・牛乳 チキンカツ ごぼうサラダ 野菜スープ	24 ごはん・牛乳 すきやき煮 ごまじゃこ キャベツとわかめの酢の物	25 小パン・牛乳 コーンシチュー スティックドッグ アスパラサラダ・あま夏みかん	26 赤飯・牛乳 はんぺんの生姜焼き 油あげときゅうりの酢の物 さわ煮わん・みかんゼリー
29 昭和の日	30 小パン・牛乳 ポテトスープ サケのみそマヨネーズ焼き 野菜サラダ・日向夏みかん			



