








月	火	水	木	金
	<p>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</p> 	<p>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</p> 	<p>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</p> 	<p>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</p> 
<p>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</p> 	<p>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</p> 	<p>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</p> 	<p>18 小キャロットパン・牛乳 とうふの中華煮 揚げぎょうざ ピーマンサラダ</p> 	<p>19 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) フレンチオムレット・ミニトマト ほうれん草のアーモンド和え</p> 
<p>22 ごはん・牛乳 すぶた 中華和え 味付けのり・いちご</p> 	<p>23 小パン・牛乳 チキンカツ ごぼうサラダ 野菜スープ</p> 	<p>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</p> 	<p>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</p> 	<p>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</p> 
<p>29 昭和の日</p>	<p>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</p> 