

月	火	水	木	金
<p>2 ごはん・牛乳 炒り豆腐 マスのごまだれかけ 切り干し大根のハリハリ漬け</p> 	<p>3 小パン・牛乳 チキンカツ 青じそ入り野菜サラダ わかめスープ・あま夏みかん</p> 	<p>4 ごはん・牛乳 たまごとじ煮 こんぶ豆煮 きゅうりの香味漬け</p> 	<p>5 パン・牛乳 肉団子の酢豚風 はるさめスープ みかんジャム</p> 	<p>6 大豆ごはん・牛乳 ワカサギのマリネ じゃがいもみそ汁 ミニトマト</p> 
<p>9 ごはん・牛乳 サバのしょうが焼き わかめときゅうりの酢の物 ゆばとえのきのすまし汁</p> 	<p>10 パン・牛乳 キャベツのスープ煮 するめのかき揚げ ゆでえんどう</p> 	<p>11 ハヤシライス・牛乳 (麦ごはん) ゆでたまご ほうれん草のアーモンド和え</p> 	<p>12 パン・牛乳 八宝菜 はるさめサラダ ミニトマト</p> 	<p>13 ごはん・牛乳 淡路玉ねぎコロッケ きんぴらごぼう 呉汁(ごじる)</p> 
<p>16 マーボーどんぶり 牛乳 蒸しシューマイ ほうれん草ともやしのみナムル</p> 	<p>17 パン・牛乳 スティックドッグ 野菜ぞえ クリームスープ</p> 	<p>18 ごはん・牛乳 わかめと野菜のかき揚げ キャベツのレモン和え 魚そうめん汁</p> 	<p>19 パインパン・牛乳 ミネストローネ シーフードサラダ びわ</p> 	<p>20 ごはん・牛乳 豚のしょうが焼き こまつなとキャベツのおひたし かぼちゃのみそ汁</p> 
<p>23 十穀米ごはん・牛乳 サケの塩焼き ほうれん草ともやしのごま和え かきたま汁・冷凍みかん</p> 	<p>24 ナン・牛乳 チキンカレー ポテトとアスパラのサラダ タカミメロン</p> 	<p>25 ごはん・牛乳 そばろ煮 イカときゅうりの酢の物 うめぼし</p> 	<p>26 小パン・牛乳 スパゲティナポリタン 焼きチキンフランク コーンツナサラダ</p> 	<p>27 ごはん・牛乳 ちくわのチーズ天ぷら じゃこピーマン さわ煮わん</p> 
<p>30 ごはん・牛乳 揚げ豚のあま酢あんかけ ゴーヤチャンプルー 白みそのみそ汁・パインゼリー</p> 				