



月	火	水	木	金
	<p>1 小パン・牛乳 スープスパゲティ 星型コロッケ パインサラダ・みかんジャム</p>	<p>2 そぼろどんぶり・牛乳 (とりそぼろ・いりたまご) かぼちゃのみそ汁 ミニトマト</p>	<p>3 小パン・牛乳 焼きハンバーグ 粉ふきいも 野菜スープ・フルーツ白玉</p>	<p>4 ごはん・牛乳 牛肉と大豆のしぐれ煮 かぼちゃのかき揚げ とうふのみそ汁</p>
<p>7 コーンごはん・牛乳 ハモの天ぷら わかめときゅうりの酢の物 そうめん汁</p>	<p>8 小パン・牛乳 タンドリーチキン ポテトサラダ トマトスープ・冷凍みかん</p>	<p>9 ごはん・牛乳 サバのヤンニョムカンジャン ほうれん草と子大豆もやしのナムル わかめスープ・ミニトマト</p>	<p>10 パン・牛乳 プレーンオムレツ ラタトゥイユ ポテトスープ・みかんゼリー</p>	<p>11 夏野菜カレー・牛乳 (麦ごはん) 大豆とかえりの揚げ煮 キャベツとたくあんのごま和え</p>
<p>14 十穀米ごはん・牛乳 アジの塩焼き ちぐさ和え 冬瓜のすまし汁・青りんごゼリー</p>	<p>15 パン・牛乳 イカのカラフルマリネ クイッキオのスープ すいか</p>	<p>16 ごはん・牛乳 チーズのすり身巻き 豚肉とズッキーニのみそ炒め 沢煮椀・ミニトマト</p>	<p>17 ごはん・牛乳 とり肉のから揚げ キャベツときゅうりの香味漬け 呉汁(ごじる)</p>	

