

月	火	水	木	金
	2 小パン・牛乳 ビーフコロッケ ビーフンサラダ 夏野菜のスープ	3 ごはん・牛乳 焼きシシャモ なすとピーマンのみそ炒め とうがんのすまし汁	4 パン・牛乳 たまごチーズサラダ キャベツのスープ煮 ぶどう	5 夏野菜のカレーライス (麦ごはん)・牛乳 イカリングフライ 切り干しのはりはり漬け
				
8 ごはん・牛乳 いものこ汁 牛肉と大豆のしぐれ煮 すんだもち	9 小パン・牛乳 とうふの煮物 さつまいもと野菜のかき揚げ 冷凍みかん	10 手巻きずし・牛乳 (チキンソーセージ・のり) (サバでんぶ・ごまたくあん) かきたま汁	11 小パン・牛乳 ポークビーンズ コーンツナサラダ みかんジュース	12 ごはん・牛乳 ちぐさ和え 豆腐ハンバーグの和風あんかけ えのきとわかめのすまし汁
15 敬老の日	16 パン・牛乳 豚肉とパインの揚げ煮 モロヘイヤのたまごスープ なし	17 ごはん・牛乳 ちくぜん煮 キビナゴごまフライ キャベツともやしのおひたし	18 小まるごまパン・牛乳 プレーンオムレツ マカロニサラダ クリームスープ	19 萩ごはん・牛乳 アジの塩焼き 小松菜ともやしのごま和え かぼちゃのみそ汁・青りんごゼリー
				
22 ごはん・牛乳 蒸しシューマイ マーボーはるさめ わかめスープ	23 秋分の日	24 ごはん・牛乳 たまごとじ煮 きゅうりの香味漬け 手作りひじきふりかけ	26 パン・牛乳 ワンタンスープ とりとさつまいものアーモンドがらめ なし	27 ごはん・牛乳 サンマの塩焼き 大根なます さつまいものみそ汁
				
29 ごはん・牛乳 そぼろ煮 イカときゅうりの酢の物 味付けのり	30 プチパン・牛乳 皿うどん 揚げぎょうざ フルーツヨーグルト			
				