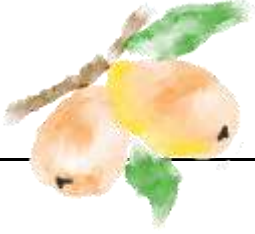

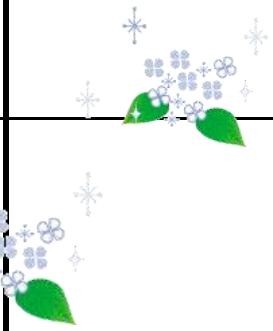


















月	火	水	木	金
				1 茶めし・牛乳 アジの塩焼き わかめの酢の物 とうふのみそ汁
4 ごはん・牛乳 たまごとじ煮 ひじきのふりかけ きゅうりの香味漬け	5 パン・牛乳 キャベツのスープ煮 するめのかき揚げ フルーツヨーグルト	6 ごはん・牛乳 ちくぜん煮 焼きシシャモ ほうれん草とキャベツのごま和え	7 小パン・牛乳 とうふの中華煮 平麺ビーフン炒め ミニトマト・ごまクリーム	8 大豆ごはん・牛乳 小アジのマリネ じゃが芋のみそ汁 あま夏みかん
				
11 ハヤシライス・牛乳 (麦ごはん) ゆでたまご ほうれん草のアーモンド和え	12 パン・牛乳 じゃが芋のミルク煮 サクラエビと野菜のかき揚げ ゆでえんどう	13 ごはん・牛乳 サバの塩焼き きんぴらごぼう えのきのすまし汁	14 パインパン・牛乳 ミネストローネ シーフードサラダ ミニトマト	15 マーボーどんぶり 牛乳 揚げはるまき こまつなともやしのナムル
				
18 梅じゃこごはん・牛乳 呉汁(ごじる) とうふハンバーグの和風あん 粉ふきいも	19 ごはん・牛乳 サワラの塩焼き きゅうりの酢の物 肉団子スープ	20 ナン・牛乳 チキンカレー ポテトとアスパラのサラダ チーズのすりみ巻き・びわ	21 プチパン・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	22 十穀米ごはん・牛乳 マスの塩焼き こまつなともやしのごま和え かきたま汁・冷凍みかん
				
25 ごはん・牛乳 揚げ豚のあま酢あんかけ ゴーヤチャンプル 白みそのみそ汁・パインゼリー	26 パン・牛乳 スティックドッグ カレーキャベツ・チーズ クリームスープ・プラム	27 ごはん・牛乳 そぼろ煮 イカときゅうりの酢の物 ミニトマト・味付けのり	28 パン・牛乳 チキンマリネ ワンタンスープ タカミメロン・みかんジャム	29 ごはん・牛乳 豚のしょうが焼き ほうれん草とキャベツのおひたし かぼちゃのみそ汁
