

月	火	水	木	金
<p>2 ごはん・牛乳 ぶたとキムチ炒め サバのヤンニョムカンジャンかけ わかめスープ・ミニトマト</p> 	<p>3 パン・牛乳 とりとホタテのから揚げ ポテトスープ なすとズッキーニのマリネ</p> 	<p>4 ごはん・牛乳 炒り豆腐 タンドリーチキン キャベツの香味漬け</p> 	<p>5 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>6 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>9 ごはん・牛乳 プレーンオムレツ 豚肉とズッキーニのみそ炒め さわ煮わん</p> 	<p>10 小パン・牛乳 かぼちゃシチュー とりのから揚げ 野菜サラダ</p> 	<p>11 十穀米ごはん・牛乳 アジの塩焼き あげときゅうりの酢の物 じゃが芋のみそ汁・みかんゼリー</p> 	<p>12 ごま丸パン・牛乳 イカのカラフルマリネ ビーフンスープ すいか</p> 	<p>13 夏野菜のカレーライス (麦ごはん)・牛乳 ジャコと大豆の揚げ煮 キャベツのアーモンド和え</p> 
<p>16</p>	<p>17 小パン・牛乳 スープスパゲティ イワシのラビゴットソース 冷凍みかん</p> 	<p>18 ごはん・牛乳 牛肉と大豆のしぐれ煮 小松菜とたくあんのごま和え とうがんのすまし汁</p> 	<p>19 中華どんぶり 牛乳 ホキのオレンジ焼き ポテトサラダ</p> 	<p>20</p>
				
				
				
				
				