



月	火	水	木	金
	<p>8 タイめし・牛乳 牛肉と大豆のしぐれ煮 ほうれん草のごま和え すりみ団子の潮汁・日向夏みかん</p>	<p>9 ごはん・牛乳 カレイのから揚げ カニとうどの酢の物 じゃが芋のみそ汁・いちご</p>	<p>10 小パン・牛乳 スープスパゲティ ポークハムと野菜のサラダ 黒豆のきなこ豆</p>	<p>11 サケとコーンの酢めし 牛乳・ちくわの磯辺揚げ 小松菜とゆばのごま和え 若竹汁・花見だんご</p>
<p>14 減量ゆかりごはん・牛乳 かやくうどん シンコとわかめのかき揚げ 小松菜とたくあんのごま和え</p>	<p>15 小パン・牛乳 焼きチキンウィンナー 大豆のトマトスープ煮 ヨーグルトサラダ</p>	<p>16 ごはん・牛乳 サワラの木の芽みそ たけのこのおかか煮 かきたま汁・いちご</p>	<p>17 小パン・牛乳 とうふの煮物 揚げ春巻き 小松菜ともやしの名ムル</p>	<p>18 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) プレーンオムレツ ほうれん草のアーモンド和え</p>
<p>21 ごはん・牛乳 とりのから揚げ 小松菜とえのきのおひたし とうふのみそ汁</p>	<p>22 小パン・牛乳 コーンシチュー ツナと野菜のサラダ いちご</p>	<p>23 赤飯・牛乳 マスの塩焼き 油あげときゅうりの酢の物 さわ煮わん・みかんゼリー</p>	<p>24 キャロットパン・牛乳 イカリングフライ ジャーマンポテト ワンタンスープ</p>	<p>25 ごはん・牛乳 すき焼き煮 ごまじゃこ ほうれん草ともやしのおひたし</p>
<p>28 そぼろどんぶり・牛乳 (とりそぼろ・炒りたまご) あつあげとわかめのみそ汁 日向夏みかん</p>	<p>29 昭和の日</p>	<p>30 ごはん・牛乳 すぶた 中華和え 味付けのり・いちご</p>		

