


月	火	水	木	金
			1 パン・牛乳 ホキフライ 野菜サラダ・あま夏みかん レタスのスープ	2 山菜ごはん・牛乳 サバの塩焼き キャベツのレモン和え とうふのすまし汁・かしわもち
				
5 こどもの日	6 振替休日	7 ごはん・牛乳 炒りとうふ キビナゴごまフライ きゅうりとわかめの酢の物	8 小パン・牛乳 焼きそば 香草入りウインナー ヨーグルトサラダ	9 篠山まるごと丼 牛乳 焼きシシャモ・ミニトマト 小松菜とコーンのおひたし
				
12 ごはん・牛乳 イカカツごまフライ 茎わかめの炒め煮 呉汁（ごじる）	13 パン・牛乳 ポークビーンズ たまごチーズサラダ あま夏みかん	14 ごはん・牛乳 とうふの中華煮 揚げぎょうざ もやしのナムル	15 パン・牛乳 とりの香味焼き アスパラサラダ 野菜スープ・いちごジャム	16 カレーライス・牛乳 （麦ごはん） 大豆とちりめんの揚げ煮 ほうれん草とコーンのソテー
				
19 えんどうごはん・牛乳 カツオの揚げ煮 小松菜とわかめの酢の物 さわ煮わん	20 揚げパン・牛乳 八宝菜 ビーフンサラダ ミニトマト	21 ごはん・牛乳 ニラじゃが ひじきの炒め煮 かきたま汁	22 サンドパン・牛乳 （ポークハム・チーズ） キャベツのスープ煮 野菜サラダ・あま夏みかん	23 赤飯・牛乳 サケの塩焼き 小松菜ともやしのごま和え じゃが芋のみそ汁・青りんごゼリー
				
26 減量ゆかりごはん・牛乳 新茶のかき揚げ きんぴらごぼう・ミニトマト とうふとえのきのすまし汁	27 お茶パン・牛乳 プレーンオムレツ マカロニサラダ 野菜のトマトスープ煮	28 ごはん・牛乳 ちくぜん煮 焼きイカ 緑茶和え	29 パン・牛乳 焼きハンバーグ 粉ふき芋お茶風味 クリームスープ・あま夏みかん	30 茶めし・牛乳 アジの塩焼き ほうれん草ともやしのごま和え わかめのみそ汁・ミニトマト
				