



月	火	水	木	金
<p>2 マーボーどんぶり・牛乳 (ごはん) 揚げぎょうざ もやしのナムル</p>	<p>3 小パン・牛乳 スティックドック かぼちゃサラダ ワタンスープ・甘夏みかん</p>	<p>4 ごはん・牛乳 そぼろ煮 焼きシシャモ わかめの酢の物</p>	<p>5 小パン・牛乳 ミネストローネ ミラノ風チキンカツ コーンサラダ</p>	<p>6 ごはん・牛乳 たまごとじ煮 手作りひじきふりかけ きゅうりの香味漬け・ミニトマト</p>
<p>9 ごはん・牛乳 揚げぶた肉の甘酢あん ゴーヤチャンプルー 白みそのみそ汁・沖縄パインゼリー</p>	<p>10 パン・牛乳 するめのかき揚げ キャベツのスープ煮 ゆでえんどう・いちごジャム</p>	<p>11 十穀米ごはん・牛乳 サケの塩焼き 小松菜とゆばのごま和え 呉汁(ごじる)・冷凍みかん</p>	<p>12 小パン・牛乳 スパゲティナポリタン チキンウインナー みかんサラダ</p>	<p>13 ごはん・牛乳 カレーコロッケ きんぴらごぼう かきたま汁・ミニトマト</p>
<p>16 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</p>	<p>17 セルフサンド・牛乳 (ポークハム・チーズ) (そえ野菜) クリームスープ・ミニトマト</p>	<p>18 大豆ごはん・牛乳 小アジのマリネ じゃがいものみそ汁 びわ</p>	<p>19 小パインパン・牛乳 とうふの中華煮 炒めビーフン 河内晩柑(かわちばんかん)</p>	<p>20 ごはん・牛乳 サバの塩焼き 茎わかめの炒め煮 えのきのすまし汁</p>
<p>23 ごはん・牛乳 ちくわの磯辺揚げ きゅうりのごま酢和え ぶた汁</p>	<p>24 ナン・牛乳 チキンカレー ポテトとアスパラのサラダ タカミメロン</p>	<p>25 ごはん・牛乳 ぶた肉のしょうが焼き 小松菜とキャベツのごま和え かぼちゃのみそ汁</p>	<p>26 小パン・牛乳 たまごチーズサラダ 大豆のトマトスープ煮 バレンシアオレンジ</p>	<p>27 ごはん・牛乳 イワシのかば焼き キャベツの酢の物 たまねぎのみそ汁・ミニトマト</p>
<p>30 ごはん・牛乳 蒸ししゅうまい マーボー春雨 わかめスープ</p>				