

月	火	水	木	金
		<p>1 ごはん・牛乳 揚げ豚肉の甘酢あん ゴーヤチャンプルー もずくスープ・沖縄パインゼリ</p>	<p>2 小パン・牛乳 プレーンオムレツ スパゲティナポリタン ポテトサラダ</p>	<p>3 青じそごはん・牛乳 たまごとじ煮 豚肉と野菜の香味和え ミニトマト</p>
<p>6 ごはん・牛乳 蒸しシューマイ ピーマンとなすのピリ辛炒め じゃが芋のみそ汁</p>	<p>7 コーンごはん・牛乳 イワシの和風マリネ キャベツともやしのおひたし そうめん汁</p>	<p>8 ごはん・牛乳 炒り豆腐 焼きシシャモ きゅうりとわかめの酢の物</p>	<p>9 パン・牛乳 イカのマリネ かぼちゃシチュー すいか</p>	<p>10 十穀米ごはん・牛乳 アジの塩焼き 小松菜とキャベツのごま和え 呉汁(ごじる)・冷凍みかん</p>
<p>13 ごはん・牛乳 かぼちゃのかき揚げ きゅうりの香味漬け とうがんのすまし汁</p>	<p>14 夏野菜のカレーライス (ごはん)・牛乳 大豆とじゃこの揚げ煮 手作りふくしんづけ</p>	<p>15 そぼろどんぶり・牛乳 (とりそぼろ・炒りたまご) わかめのみそ汁 ミニトマト</p>	<p>16 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>	