

月	火	水	木	金
 <p>《6月に使用した地元野菜》 ・うすいえんどう ・お茶 ・キャベツ ・きゅうり ・青ねぎ ・にんじん ・干しいたけ ・たまねぎ ・米（篠山産コシヒカリ）</p>		<p>1 大豆ごはん・牛乳 小アジのマリネ 沢煮椀 ミニトマト</p> 	<p>2 パン・牛乳 フィレオチキン かぼちゃサラダ もやしスープ・甘夏みかん</p> 	<p>3 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) ゆでたまご 手作り福神漬け</p> 
	<p>6 ゆかりごはん・牛乳 かやくうどん 新茶のかき揚げ キャベツの香味漬け</p> 	<p>7 ごはん・牛乳 とうふハンバーグの和風あん 粉ふき芋お茶風味 たまねぎのみそ汁</p> 	<p>8 お茶ごはん・牛乳 アジの塩焼き 小松菜のごま和え 呉汁・ミニトマト</p> 	<p>9 お茶パン・牛乳 キャベツのスープ煮 するめのかき揚げ ゆでえんどう・河内ばんかん</p> 
<p>13 ごはん・牛乳 とり肉のから揚げ きゅうりのごま酢和え わかめのみそ汁</p> 	<p>14 マーボーどんぶり・牛乳 (ごはん) 蒸ししゅうまい ほうれん草ともやしのナムル</p> 	<p>15 十穀米ごはん・牛乳 サバの塩焼き 小松菜とキャベツのおひたし ゆばのすまし汁・温州みかんゼリー</p> 	<p>16 パン・牛乳 たまごチーズサラダ ポークビーンズ 河内ばんかん</p> 	<p>17 ごはん・牛乳 ちくわの磯辺揚げ じゃこピーマン じゃがいものみそ汁</p> 
<p>20 ごはん・牛乳 そばろ煮 焼きたこ天 ごぼうのごま酢和え</p> 	<p>21 キャロットライス・牛乳 サケのマリネ クリームスープ びわ</p> 	<p>22 ごはん・牛乳 ぶた肉のしょうが焼き キャベツのゆかり和え かぼちゃのみそ汁</p> 	<p>23 パン・牛乳 ミネストローネ シーフードサラダ タカミメロン・レーズンクリーム</p> 	<p>24 ごはん・牛乳 イカリングフライ 切り干し大根の炒めナムル ワンタンスープ</p> 
<p>27 ナン・牛乳 チキンカレー ポトトとアスパラのサラダ 冷凍みかん</p> 	<p>28 ごはん・牛乳 揚げぶた肉の甘酢あん にんじんシリシリ 白みそのみそ汁</p> 	<p>29 じゅうしい・牛乳 マーミナチャンプル もずく汁 沖縄パインゼリー</p> 	<p>30 小丸パン・牛乳 スープスパゲティ エビカツ ドレッシングサラダ</p> 	