



月	火	水	木	金
<p>1 夏野菜カレーライス (麦ごはん)・牛乳 プレーンオムレツ 切り干し大根のハリハリ漬け</p>	<p>2 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>	<p>3 ごはん・牛乳 豚肉とズッキーニのみそ炒め おからコロッケ 沢煮椀・ミニトマト</p>	<p>4 小パン・牛乳 タンドリーチキン かぼちゃサラダ 春雨スープ・セタゼリー</p>	<p>5 コーンごはん・牛乳 ハモの天ぷら きゅうりの酢の物 そうめん汁</p>
<p>8 ごはん・牛乳 豚肉とキムチの炒め煮 サバのヤンニョムカンジャンかけ わかめスープ・ミニトマト</p>	<p>9 小ごまパン・牛乳 イカのカラフルマリネ クイッティオのスープ すいか</p>	<p>10 十穀米ごはん・牛乳 マスの塩焼き 小松菜とキャベツのごま和え きのこの赤だし汁・みかんゼリー</p>	<p>11 小パン・牛乳 スープスパゲティ フィレオチキン コーンサラダ・いちごジャム</p>	<p>12 ごはん・牛乳 とり肉のからあげ わかめの酢の物 呉汁・冷凍みかん</p>
<p>15 海の日</p>	<p>16 プチパン・牛乳 スパゲティミートソース チキンウインナー パインサラダ</p>	<p>17 ごはん・牛乳 いりどうふ イカリングフライ・ミニトマト 小松菜とたくあんのごま和え</p>	<p>18 ごはん・牛乳 牛肉と大豆のしぐれ煮 千草和え 冬瓜のすまし汁</p>	

7月

