



月	火	水	木	金
				<p>1 山菜ごはん・牛乳 ホキの甘酢和え 呉汁（ごじる） かしわもち</p>
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 プチパン・牛乳 焼きそば 香草入りウインナー フルーツヨーグルト	8 篠山まるごと丼・牛乳 焼きシシャモ キャベツとコーンのおひたし ミニトマト
11 ごはん・牛乳 揚げぎょうざ チャプチェ わかめスープ	12 ごはん・牛乳 はんぺんのしょうが焼き 五目豆煮 たまねぎのみそ汁	13 ごはん・牛乳 いり豆腐 ハタハタのから揚げ 切り干し大根のハリハリ漬け	14 あげパン・牛乳 八宝菜 炒めビーフン ミニトマト	15 ごはん・牛乳 とり肉のスタミナ焼き キャベツの酢の物 沢煮椀・味つけのり
18 ごはん・牛乳 にらじゃが 小松菜とたくあんのごま和え ゆばのすまし汁	19 そばろどんぶり・牛乳 （とりそばろ・いりたまご） とうふのみそ汁 ミニトマト	20 ごはん・牛乳 黒豆入りいりどり キビナゴごまフライ 小松菜ともやしのおひたし	21 セルフサンド・牛乳 （パティハンバーグ） （そえ野菜・チーズ） クリームスープ・清見オレンジ	22 赤飯・牛乳 サケの塩焼き ほうれん草のごま和え じゃがいものみそ汁・青いリンゴゼリー
25 ごはん・牛乳 カレーコロッケ きんぴらごぼう 魚そうめん汁・ミニトマト	26 ハヤシライス・牛乳 （麦ごはん） プレーンオムレツ キャベツのアーモンド和え	27 えんどうごはん・牛乳 イカリングフライ きゅうりのごま酢和え ぶた汁	28 ごまパン・牛乳 ぶた肉とパインの揚げ煮 レタスのスープ 甘夏みかん	29 ごはん・牛乳 そばろ煮 ごまじゃこ 油あげときゅうりの酢の物