









月	火	水	木	金
<p>1 カレーピラフ・牛乳 じゃがいものミルク煮 マカロニサラダ ミニトマト</p> 	<p>2 山菜ごはん・牛乳 ホキの甘酢和え わかめのみそ汁 かしわもち</p> 	<p>3 憲法記念日</p> 	<p>4 みどりの日</p> 	<p>5 こどもの日</p> 
<p>8 ごはん・牛乳 そばろ煮 焼きイカ 切り干し大根のハリハリ漬け</p> 	<p>9 ごはん・牛乳 とり肉のから揚げカレー風味 油あげときゅうりの酢の物 とうふのみそ汁</p> 	<p>10 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</p> 	<p>11 ごまパン・牛乳 豚肉とパインの揚げ煮 レタスのスープ 甘夏みかん</p> 	<p>12 ごはん・牛乳 たまごとじ煮 ひじきの炒め煮 チンゲンサイの酢の物</p> 
<p>15 ごはん・牛乳 サバのしょうが焼き 小松菜とキャベツのおひたし たまねぎのみそ汁</p> 	<p>16 マーボーどんぶり・牛乳 (ごはん) 蒸ししゅうまい 春雨サラダ</p> 	<p>17 えんどうごはん・牛乳 カツオの揚げ照り煮 ほうれん草ともやしのおひたし かきたま汁</p> 	<p>18 小揚げパン・牛乳 ハ宝菜 炒めビーフン ミニトマト</p> 	<p>19 ごはん・牛乳 焼きハンバーグ ポテトサラダ 野菜スープ</p> 
<p>22 ごはん・牛乳 とり肉のスタミナ焼き 糸かまぼこ入り酢の物 ポテトスープ・ミニトマト</p> 	<p>23 ごはん・牛乳 ニラじゃが 手作りサケふりかけ えのきのすまし汁</p> 	<p>24 ごはん・牛乳 炒りとうふ キビナゴごまフライ キャベツの酢の物</p> 	<p>25 パン・牛乳 パークビーンズ たまごチーズサラダ 甘夏みかん</p> 	<p>26 赤飯・牛乳 マスの塩焼き 小松菜ともやしのおひたし じゃがいものみそ汁・アセロラみかんゼリー</p> 
<p>29 ハヤシライス・牛乳 (麦ごはん) 焼きチキンウイナー 野菜サラダ</p> 	<p>30 ごはん・牛乳 ビーフコロッケ 茎わかめの炒め煮 呉汁(ごじる)・ミニトマト</p> 	<p>31 ごはん・牛乳 揚げぎょうざ チャブチェ わかめスープ</p> 	<p><今月使用した地元野菜></p> <ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 50%;">・山の芋 <li style="width: 50%;">・葉ねぎ <li style="width: 50%;">・たまねぎ <li style="width: 50%;">・ほうれん草 <li style="width: 50%;">・丹波大納言小豆 <li style="width: 50%;">・干しいたけ <li style="width: 50%;">・米(篠山産コシヒカリ) 	