

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---



《今月の地元食材》

- ・たまねぎ
- ・じゃがいも
- ・なす
- ・きゅうり
- ・かぼちゃ
- ・ブルーベリー
- ・にんじん
- ・青ねぎ
- ・青ピーマン
- ・ミニトマト
- ・にんにく

1 小パン・牛乳
スパゲティナポリタン
チキンウインナー
パインサラダ



2 梅ごはん・牛乳
とり肉のから揚げ
タコときゅうりの酢の物
なすの赤だし汁



5 ごはん・牛乳
サバのヤンニョムカンジャン
ぶた肉とキムチの炒め煮
わかめスープ・冷凍みかん



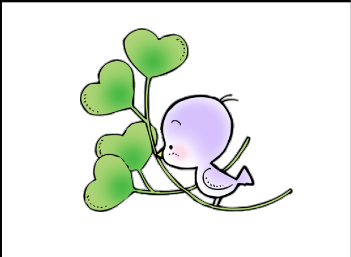
6 夏野菜のカレーライス
(麦ごはん)・牛乳
大豆とかえりの揚げ煮
手作り福神漬け



7 コーンごはん・牛乳
とり肉のさっぱり煮
かぼちゃのかき揚げ
セタそうめん汁・ミニトマト



8 臨時休校



9 パン・牛乳
ちくわの天ぷら
ラタトゥイユ
ポテトスープ・すいか



12 十穀米ごはん・牛乳
アジの塩焼き
小松菜とゆばのごま和え
じゃがいものみそ汁・白桃ゼリー



13 ごはん・牛乳
アカエイのチリソース
春雨サラダ
冬瓜のスープ・味付けのり



14 ごはん・牛乳
たまごとじ煮
なすとピーマンのみそ炒め
ピリ辛きゅうり



15 キャロットパン・牛乳
とり肉のバジルソース
マカロニサラダ
夏野菜スープ・ブルーベリー



16 麦ごはん・牛乳
マーボー豆腐
レモンぎょうざ
もやしのナムル



19 ごはん・牛乳
イワシのアングレース
ごぼうサラダ
ワンタンスープ・ミニトマト

