

月	火	水	木	金
				<p>1 ごはん・牛乳 たまごとし煮 手作りひじきふりかけ タコときゅうりの酢の物</p>
<p>4 ごはん・牛乳 ちくわの天ぷら じゃこピーマン じゃがいものみそ汁</p>	<p>5 ごはん・牛乳 サバのマンニョムカンジャン チャブチェ わかめスープ</p>	<p>6 コーンごはん・牛乳 ハモの天ぷら キャベツの香味漬け セタそうめん汁・セタゼリー</p>	<p>7 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</p>	<p>8 ごはん・牛乳 とうふの中華煮 揚げしゅうまい ピリ辛きゅうり</p>
<p>11 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 ぶた汁・冷凍みかん</p>	<p>12 夏野菜カレー・牛乳 (麦ごはん) 大豆とかえりの揚げ煮 手作り福神漬け</p>	<p>13 ごはん・牛乳 ぶた肉とズッキーニの炒め物 かぼちゃのかき揚げ 冬瓜のすまし汁</p>	<p>14 パン・牛乳 ブレンオムレツ ラタトゥイユ ポテトスープ・すいか</p>	<p>15 ごはん・牛乳 とり肉のからあげ デカンショ豆 なすの赤だし汁・ミニトマト</p>
<p>18 海の日</p>	<p>19 ごはん・牛乳 イワシのアングレース ごぼうサラダ 夏野菜スープ</p>	<p>《今月使用した地元食材》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 50%;">・たまねぎ <li style="width: 50%;">・にんじん <li style="width: 50%;">・じゃがいも <li style="width: 50%;">・青ねぎ <li style="width: 50%;">・なす <li style="width: 50%;">・青ピーマン <li style="width: 50%;">・きゅうり <li style="width: 50%;">・トマト <li style="width: 50%;">・かぼちゃ <li style="width: 50%;">・にんにく <li style="width: 50%;">・米 <li style="width: 50%;">・デカンショ豆 		