

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前					1	牛乳50（1オクラのみ）	2	牛乳50（1オクラのみ）	3	牛乳50（1オクラのみ）	4	
昼食					ごはん、 厚揚げと豚肉の味噌炒め、 じゃが芋と人参の煮付け、 きゅうりの華風づけ、 味噌汁(たまねぎ・わかめ)		ごはん、さわらのコーン マヨネーズ焼き、 切干し大根の煮付け、 しらす入り酢の物、 味噌汁(キャベツ)		ロールパン、 鶏肉のケチャップあん、 さつまいものチーズ焼き、 ゆでブロッコリー、 スープ(豆腐)		マーボー丼、 ゆかりきゅうり、トマト、 味噌汁(麴)、スイカ	
午後					鮭おにぎり、小魚、ブロッコ リーの塩こぶあえ、お茶		オレンジゼリー、 おせんべい、牛乳		コーンフレーク、メロン、 牛乳		ホットサンド(ツナマヨ) メロン、お茶	
午前	6	牛乳50（1オクラのみ）	7	牛乳50（1オクラのみ）	8	牛乳50（1オクラのみ）	9	牛乳50（1オクラのみ）	10	牛乳50（1オクラのみ）	11	
昼食	冷やしたぬきうどん、 南瓜のそぼろ煮、 ブロッコリーのおかかあえ、 トマト		《七夕集会》ゆでじゃが芋、 七タドライカレー、スープ (そうめん・にんじん・ オクラ・卵)、メロン		ごはん、手羽先の照り焼き、 じゃがいものごまあえ、 春雨サラダ、 味噌汁(かぶ・油揚げ)		ごはん、さけの磯揚げ、 さつまいものおかかあえ、 もやしとわかめのナムル、 味噌汁(なす)		ごはん、うのはな焼き、 うすら豆煮付け、 トマト入り酢の物、 味噌汁(なめこ・豆腐)		親子丼、ゆかりきゅうり、 トマト、味噌汁(麴)、 メロン	
午後	のりハムチーズトースト、 スイカ、牛乳		フローズンヨーグルト、 おせんべい、お茶		かぼちゃのボーロ、 スイカ、牛乳		納豆チヂミ、チーズ、 みそきゅうり、お茶		サンドパン、 アイスキャンディー、牛乳		おかかおにぎり、スイカ、 お茶	
午前	13	牛乳50（1オクラのみ）	14	牛乳50（1オクラのみ）	15	牛乳50（1オクラのみ）	16	牛乳50（1オクラのみ）	17	牛乳50（1オクラのみ）	18	
昼食	流しそうめん(きゅうり・ にんじん・ゼリー)、 ピーマンの細切り炒め、 かぼちゃサラダ、トマト		ごはん、あじのカレーフリット、 青のりポテト、 カニカマ入り酢みそ和え、 味噌汁(にんじん・だいこん)		ごはん、肉豆腐、 かぼちゃのチーズ焼き、 ゆかりきゅうり、 味噌汁(もやし・油揚げ)		ごはん、鶏肉とさつまいもの甘 酢あん、高野豆腐の煮物、 おからサラダ、 味噌汁(にんじん・たまねぎ)		とうもろこしごはん、ウイング スティックと卵のさっぱり煮、 野菜の白ゴマきなこ和え、 トマト、味噌汁(生揚げ)		三色どんぶり、 ゆかりきゅうり、トマト、 味噌汁(麴)、スイカ	
午後	中華風おこわ、小魚、キャベ ツの塩こぶあえ、お茶		ミートソースマカロニ、 メロン、牛乳		ビスキュイトースト、 スイカ、牛乳		ベークドポテト、メロン、 牛乳		りんごゼリー、 おせんべい、牛乳		ホットドッグ、メロン、 お茶	
午前	20		21	牛乳50（1オクラのみ）	22	牛乳50（1オクラのみ）	23	牛乳50（1オクラのみ）	24	牛乳50（1オクラのみ）	25	
昼食			バンバンジー麺、 じゃがいもとウインナーの クリーム煮、 おくらの海苔あえ、トマト		《カミカミ給食》ふりかけごはん (玄米ハーフ)、ししゃもの磯揚げ さつま芋のレモン煮、 きゅうりとトマトのぬた、 味噌汁(白菜)		ごはん、鶏肉のみそ焼き、 南瓜の甘煮、ブロッコリーと じゃこの和え物、 味噌汁(きのこ)		ロールパン(ツナサンド)、 揚げワンタン、じゃがいもの プロテインサラダ、 中華風コーンスープ(卵入り)		豚肉丼、ゆかりきゅうり、 トマト、味噌汁(麴)、 メロン	
午後			ピザトースト、スイカ、 牛乳		ゆでとうもろこし、 クラッカー、牛乳		サンドパン、かき氷、牛乳		焼きそば、チーズ、 ゆかりきゅうり、お茶		ひじきおにぎり、スイカ、 お茶	
午前	27	牛乳50（1オクラのみ）	28	牛乳50（1オクラのみ）	29	牛乳50（1オクラのみ）	30	牛乳50（1オクラのみ）	31	牛乳50（1オクラのみ）		
昼食	冷やしきつねうどん、 カレーポテト、 ごぼうの梅がťお煮、トマト		ごはん、さばの塩焼き、 ひじきの煮付け、焼き豚と キャベツの味噌マヨネーズ、 味噌汁(麴)		《誕生日会》夏野菜カレー、 鶏肉のサラダ、 豆腐のすまし汁、スイカ		ごはん、スペインオムレツ、 大豆煮、ひふみ漬け、 味噌汁(キャベツ)		ごはん、レバーの竜田揚げ、 さつま芋の甘煮、 コーン入り酢の物、 味噌汁(にんじん・だいこん)			
午後	黒糖むしばん、スイカ、 牛乳		パリパリ焼き、メロン、 牛乳		いちごマフィン、牛乳		お好みマカロニ、メロン、 牛乳		サンドパン、 アイスキャンディー、牛乳			