

		献立名				
1	ごはん	豚汁	いかの たつた揚げ	ごま入りもやし サラダ	ミルクデザート	牛乳
2	ごはん	新じゃがの みそ汁	小いわしの 天ぷら	ひじきの炒め煮 (打ち豆、豚肉)	ジューシー フルーツ	牛乳
3	ごはん	根菜汁	ますの塩焼き	アーモンド あえ	すいか	牛乳
4	ごはん	豆腐と小松菜 のみそ汁	鶏肉の カレー揚げ	アーモンド入り シャキシャキサラダ		牛乳
5	ごはん	たまご入り中華 風コンソープ	ポーク シューマイ	チャプチェ (牛肉)	中のみ ヨーグルト	牛乳
6	ごはん	わらびの みそ汁	あじの 南蛮漬け	ごまびたし	昆布入り大豆	牛乳
7	ごはん	じゃがいもの オイスターソース煮	えびの から揚げ	風味漬け		牛乳
8	ごはん	野菜スープ	ハンバーグの ケチャップ煮	アスパラと コーンのソテー	中のみ 乾燥小魚	牛乳
9	ごはん	肉じゃが	アーモンド入り ちりめんじゃこ の佃煮	即席漬け (わかめ)		牛乳
10	ごはん	もやしの みそ汁	ササミチーズ フライ	五目豆		牛乳
11	ごはん	大根と油揚げ のみそ汁	白身魚の たつた揚げ	ごま入り茎わか めのきんぴら	冷凍みかん	牛乳
12	ごはん	沢煮わん	鯖の照り焼き	切り干し大根 のナムル	中のみ ブルーベリー ゼリー	牛乳
13	ごはん	わかめとあさりの スープ	豚肉と大豆の揚げ煮		アップル シャーベット	牛乳
14	ごはん	もずくとたまご のスープ	魚と大豆の チリソース煮 (大豆揚げ)	きゅうりの甘辛		牛乳
15	ごはん ふりかけ(かつお)	トマトとたまごの スープ	レバー入り メンチカツ	甘夏サラダ		牛乳
16	マーボー丼 (大豆ミート)		中華サラダ	アーモンド		牛乳
17	わかめごはん	チンゲンサイと ほたてのスープ	春巻	ビーフン ソテー	中のみ ごまプリン	牛乳
18	ごはん	キーマカレー	アスパラとコーンのサラダ	チーズ		牛乳
19	パプリカライス	とり肉とあさりの クリームソース	キャベツとコーンのサラダ	メロン		牛乳
20	洋風三色ごはん	ミネストローネ	チーズオムレツ	塩もみ		牛乳