



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|---|---|--|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 鮭の焼肉風炒め ・ 彩りひじき ・ カレー風味のポテトサラダ ・ みそ汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ パプリカピラフ ・ レバーの南蛮漬け ・ 切干大根の炒め物 ・ オクラサラダ ・ スープ | <ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ マーボー高野豆腐 ・ じゃが芋と長芋のソテー ・ そうめんうりの酢の物 ・ みそ汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ スパゲッティナポリタン ・ アジのハンバーグ ・ 小松菜と大豆の和え物 ・ スープ |
| | 梅ジャムサンド | オレンジシャーベット | トマトボール | ひじきの炊き込みごはん |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ いわしのかばやき ・ 小松菜のオイスター炒め ・ ジャーマンポテトサラダ ・ みそ汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 夏野菜のそぼろごはん ・ じゃことニラの冷奴 ・ きんぴらごぼう ・ もずく酢 ・ スープ | <ul style="list-style-type: none"> ・ 冷やし中華 ・ 豚肉のおろし大根ソース ・ じゃが芋煮 ・ きゅうりのごま和え | <ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ さばの中華あんかけ ・ かぼちゃのみそ煮 ・ 納豆サラダ ・ しじみ汁 | <p>お休み</p> |
| バナナパンケーキ | おからナゲット | コーンわかめおにぎり | とうもろこし&枝豆 | |
| 14 | 15 | 16 | 17☆誕生会 | 18 |
| <p>お弁当の用意をお願いします</p> | | <ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 夏野菜たっぷりポークビーンズ ・ 長芋の煮物 ・ キャベツの和え物 ・ みそ汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ シーフードカレー ・ のり塩唐揚げ ・ ほうれん草のソテー ・ 春雨梅ダレサラダ | <ul style="list-style-type: none"> ・ 五目そうめん ・ イサキの煮つけ ・ じゃが芋のオイスター炒め ・ オクラのごま和え |
| | | かぼちゃクッキー | パインヨーグルトアイス | 枝豆チーズおにぎり |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ イワシの納豆揚げ ・ あらめと人参煮 ・ 切干大根のナムル ・ みそ汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ タコライス ・ 厚揚げのオイスター炒め ・ 人参しりしり ・ もやしの和え物 ・ スープ | <ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 鮭のみぞれ煮 ・ じゃが芋のおかかバター醤油 ・ 白和え ・ みそ汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ パン ・ バンバンジー ・ 冬瓜のくず煮 ・ かぼちゃサラダ ・ じゃが芋のポタージュ | <ul style="list-style-type: none"> ・ アイガモ米ごはん ・ 肉かぼちゃ ・ わかめとえのきのソテー ・ トマトとツナのサラダ ・ みそ汁 |
| トマトマドレーヌ | もちもち枝豆パン | 夏野菜ピザ | なすの肉みそうどん | ブルーベリー大福 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・ 五穀ごはん ・ さばのみそ煮 ・ ズッキーニとベーコン炒め ・ きゅうりとトマトのごま酢和え ・ みそ汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 焼きそば ・ 大豆のケチャカレー炒め ・ 蒸しなすサラダ ・ 冬瓜と肉団子のスープ | <ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 鶏肉となすの南蛮煮 ・ カレー風味のじゃがバター ・ ささげ豆のツナごま和え ・ みそ汁 | <ul style="list-style-type: none"> ・ あさりごはん ・ 鮭のチーズキャベツ蒸し ・ ピーマンのみそ炒め ・ 和風サラダ ・ すまし汁 | |
| ハッシュドポテト | おかかおにぎり | きなこトースト | フルーツゼリー | |

※ 毎日食事にはフルーツが付きます。
※ 魚は変更になることがあります。

※ おやつの中には牛乳またはお茶を飲みます。
※ 心の日はもも組は別のおやつを出す場合があります。