

1 日 (火)



卵入りキムチ
チャーハン
牛乳
きびなご黒ごまフライ
しろいんげん豆のスープ
冷凍みかん

2 日 (水)



ツナとトマトの
スパゲッティ
ショア
ナッツ入りスパイシー
ポテト
茹でとうもろこし

3 日 (木)



枝豆入り
わかめごはん
牛乳
さばの塩焼き
夏野菜のみそ汁

4 日 (金)



タコライス
(ごはん)
牛乳
もずくスープ
サーターアンダギー

7 日 (月)



ちらしずし
牛乳
あじの竜田揚げ
七タ汁
手作り七タゼリー

8 日 (火)



夏野菜のみぞれうどん
(地粉うどん)
牛乳
みそポテト
即席漬

9 日 (水)



ごはん
牛乳
海鮮豆腐
春雨サラダ

1 0 日 (木)



ごはん
牛乳
オムレツのバーベキュー
ソース
野菜スープ
スクールヨーグルト

1 1 日 (金)



ごはん
牛乳
ししゃもの南蛮漬け
トマ豚汁
塩きゅうり

1 4 日 (月)



いわしの蒲焼き丼
(ごはん)
牛乳
にら玉汁
磯香和え

1 5 日 (火)



ごはん
牛乳
うま塩肉じゃが
ごまだれサラダ

1 6 (水)



ごはん
牛乳
夏野菜カレー
ビーンズサラダ
すいか