

1日（水）



ガーリックトースト
豆とシーフードのトマト煮
ひじきのマリネ
牛乳

2日（木）



ごはん
金ムロアジの照り焼き
なめたけ和え
みそけんちん汁
牛乳

3日（金）



肉団子入り
なすとトマトのスパゲッティ
スパイシーポテト
とうもろこし
牛乳

6日（月）



枝豆とわかめのごはん
さばのねぎ香り漬け
呉汁
牛乳

7日（火）



こぎつねすし
星のコロッケ
セタ汁
すいか
牛乳

8日（水）



ごはん
夏野菜カレー
ピリ辛きゅうり
フローズンレモンヨーグルト
牛乳

9日（木）



ジャンバラヤ
ホキのレモン風味
トマトと卵のスープ
牛乳

10日（金）



地粉うどん
おろしうどんの汁
夏野菜と大豆のカレー風味
即席漬け
牛乳

13日（月）



ごはん
四川豆腐
海藻サラダ
金子さん家の枝豆
牛乳

14日（火）



キムチチャーハン
きびなごサクサク揚げ
中華風卵スープ
牛乳

15日（水）



ごはん
もずく丼
冬瓜のスープ
セレクトデザート
牛乳