



月	火	水	木	金
				1
				ミートソーススパゲティ 野菜スープ ベイクドエッグポテト ブロッコリーサラダ メロン *牛乳
				457/16.9/19.0/2.7
4	5	6	7	8
わかめごはん なすのみそ汁 鶏の照り焼き ひじきと大豆煮 パイン缶	焼きそば わかめスープ ちくわの磯辺揚げ 三色ナムル オレンジ *牛乳	ごはん 野菜スープ ハンバーグトマトソース フレンチサラダ バナナ	枝豆ごはん キラキラスープ 星のコロッケ シルバーサラダ 七夕ゼリー	夏野菜のチキンカレー/福神漬け 牛乳 タコウインナー 菜っ葉キャベツ グレープフルーツ
348/15.4/9.6/1.9	406/17.9/14.2/2.5	407/14.7/12.2/1.6	454/10.6/11.8/1.5	493/16.2/18.2/2.8
11	12	13	14	15
菜めし すまし汁 さばの味噌煮 春雨サラダ みかん缶	冷やしたぬきうどん 牛乳 かにかま磯辺揚げ れんこんサラダ バナナ	*お弁当*	コッペパン コンソメスープ <small>じゃが芋とズッキーニのミートグラタン</small> 卵ロール もも缶 *牛乳	ふりかけごはん(玉子) 冬瓜汁 鶏のから揚げ <small>ほうれん草とかにかまのごま和え</small> ミニシュークリーム
340/13.7/8.9/1.5	379/13.2/12.5/2.9		406/15.3/17.2/1.8	382/18.4/11.8/2.5
18	19	20	21	22
海の日	二色丼 みそ汁 ミートボール 花野菜サラダ パイン缶	冷やしきつねうどん 牛乳 肉しゅうまい 千草和え オレンジ	揚げパン/ココア 野菜スープ チーズオムレツ シーザーサラダ 一口ゼリー *牛乳	終業式
	374/14.3/12.4/1.6	345/14.8/12.7/2.6	442/14.4/21.5/1.9	
25	26	27	28	29

エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩(g)

※ナフキン・お箸・コップ・歯ブラシを持たせてください。

※カレーやゼリーがでる時は、スプーンも持たせるようお願いします。