

日	曜日	献立			
		主食	副食		添え物
1	月	白ごはん	高野豆腐の卵とじ	手作りふりかけ	おむすびのり
2	火	コッペパン	豆乳のクリームスープ	照り焼きチキン	ブロカリサラダ
3	水	わかめごはん	じゃが芋のそぼろ煮	夏野菜のせ冷奴	
4	木	小型米粉パン	ポークビーンズ	青のりいももち	冷凍みかん
5	金	白ごはん	米粉のワンタンスープ	ゴーヤチャンプルー	
8	月	白ごはん	鶏肉のフォー	春巻き	ほうれん草のナムル
9	火	小型ミルクパン	わかめスープ	冷やし中華	冷し中華スープ
10	水	白ごはん	冠地どりのかしわ汁	はもそぼろ丼	山国の梨(豊水)
11	木	コッペパン	冬瓜と肉団子のスープ	なすミートグラタン	
12	金	白ごはん	豚汁	さんまの梅煮	キャベツの塩昆布和え
16	火	コッペパン	春雨スープ	米粉のたこ焼き	いちごジャム
17	水	白ごはん	韓国風うま煮	チーズはんぺんフライ	きゅうりの酢の物
18	木	小型パインパン	ちゃんぽん	黒糖ココア豆	
19	金	白ごはん	チャーシャン豆腐	茎わかめのきんぴら	
22	月	白ごはん	チキンカレー	グリーンサラダ	ヨーグルト
24	水	白ごはん	かきたま汁	たらのケチャップ炒め	
25	木	コッペパン	ミートボールのクリーム煮	枝豆とコーンのソテー	ぶどうゼリー
26	金	白ごはん	もずくのすまし汁	チーズタッカルビ	
29	月	白ごはん	にら豚じゃが	お豆腐しゅうまい	もやしのごま和え
30	火	黒糖パン	ABCミネストローネ	白身魚のコーンマヨ焼き	