

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
昼食	麦ごはん 豆腐のみそ汁 なすの挽肉炒め 胡瓜とみかんの和え物 ブルー	タコライス 大根のすまし汁 粉ふき芋 バナナ	麦ごはん へちまのみそ汁 サバのカレー焼 デークニーリチー パイ缶	あわご飯 キャベツのみそ汁 肉じゃが もずくの酢の物 ベビーチーズ	麦ごはん カレーライス(根菜) フルーツサラダ	マーボー豆腐丼 チンゲン菜のすまし汁 ナムル りんご
午後	酪農牛乳 マシュマロフレーク	野菜ジュースA&C 冷やしそうめん	酪農牛乳 焼き芋	酪農牛乳 黒糖くずもち	酪農牛乳 ジャムパン	酪農牛乳 黒糖カステラ
	8	9	10	11	12	13
昼食	あわご飯 キャベツのみそ汁 チキンのケチャップ煮 野菜炒め(ブロッコリー) バナナ	麦ごはん 春雨スープ 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃの含煮 オレンジ	スパゲティミートソース アーサ汁 コールスローサラダ 梨	 山の日	麦ごはん もずく丼 冬瓜のみそ汁 キャベツサラダ さかなっこ味付け	麦ごはん じゃこひじきふりかけ そうめん汁 からし菜チャンプルー りんご
午後	酪農牛乳 チーズ蒸しパン	豆乳 ちんすこう	バニラアイス		酪農牛乳 シナモントースト	酪農牛乳 かりんとう
	15	16	17	18	19	20
昼食	麦ごはん 大根のみそ汁 高野豆腐と野菜のうま煮 さつまいもの甘辛煮 ブルー	麦ごはん からし菜のみそ汁 チキンアップルソース 赤瓜の煮付 パイ缶	麦ごはん ゆし豆腐 さばの味噌照り焼き 野菜炒め すいか	麦ごはん チンゲン菜のみそ汁 松風焼き パイパイイリチー ミニゼリー	ロールパン クリームシチュー きゅうりとワカメの和え物 オレンジ	麦ごはん 八宝菜 厚揚げの味噌汁 土佐和え りんご
午後	酪農牛乳 もちもちドーナツ	酪農牛乳 パン(きな粉クリーム)	酪農牛乳 フライドポテト	酪農牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	ほうじ茶 納豆みそおにぎり	酪農牛乳 はちやくみ
	22	23	24	25	26	27
昼食	麦ごはん かぼちゃのみそ汁 すきやき風煮 スパゲティサラダ すいか	麦ごはん しめじのすまし汁 鯖の梅焼き なべーらーンプサー オレンジ	ゆかりご飯 豚汁 きびなごのから揚げ なます バナナ	 お弁当の日	沖縄そば(野菜) 煮豆 りんご	麦ごはん チンゲン菜のみそ汁 豚肉のしょうが焼き 胡瓜ともやし和えもの 魚っこ味付け
午後	酪農牛乳 あげパン(きな粉)	酪農牛乳 大学芋	酪農牛乳 そべボーボー	酪農牛乳 お誕生日ケーキ 	ほうじ茶 味噌おにぎり	酪農牛乳 人参クッキー
	29	30	31	 <p>厳しい暑さが続いています。 睡眠をしっかりとして、 朝食は必ず食べてから 登園しましょう。</p> <p>規則正しい生活を しよう</p> <p>朝ごはんを食べてよう</p>		
昼食	麦ごはん 挽きわり納豆 イナムルチ ゴーヤーちゃんぷるー オレンジ	麦ごはん 冬瓜のすまし汁 鮭のゴマ味噌焼き クーフィリチー りんご	麦ごはん なすのみそ汁 鶏のからあげ ひじき炒め バナナ			
午後	酪農牛乳 ピザトースト	酪農牛乳 サターアングギー	豆乳 スコーン			