







月	火	水	木	金		
1  コッペパン チリコンカン こぼしのレモンず もやしのドレッシングサラダ オレンジ	2  おぎごはん ぶたにくのしょうがやき ごしきあえ もずくいりみそしる	3  おぎごはん いわしのかぼやきふう やさいのこんぶあえ にくじゃが	4  ドライカレーサンド ジャがいものサラダ はるさめスープ ミニトマト	5  こまつなとじゃこのごはん しろみざかなのじぶに かみかみあえ すましじる		
8  ミニコッペパン わふうスパゲッティ かまあげいりこのフライ キャベツのサラダ	9  おぎごはん さほのうめてりやき きゅうりのおかかあえ たまねぎのみそしる	10  ハヤシライス げんきサラダ だいずといりこのいそあじ	11  コッペパン とりにくごぼうのあまからあげ カラフルサラダ ABCスープ	12  おぎごはん ちくわのてんぷら もやしのさっぱりあえ こうやどうふのもの		
15  こめこパン とりにくのガーリックやき にんじんサラダ やさいのスープに ヨーグルト	16  おぎごはん あじのさんはいず やさいのおひたし ふしめんじる	17  おぎごはん やきどうふのそぼろかけ きゅうりのごまずあえ ジャがいものみそしる せいとうおかん	18  コッペパン ぶたにくのやくみソースかけ スタミナサラダ かぼちゃのポタージュスープ	19  おぎごはん なすいりマーボーどうふ こまつなのナムル だいずといりこのいりに		
22  ミニコッペパン サラダうどん しろみざかなのコロコロあげ オレンジ	23  コーンピラフ キャベツのごまサラダ やさいのカレースープ	24  おぎごはん さほのみそに モロヘイヤいりおひたし ジャがいものうまに	25  コッペパン フルーベリージャム (きなこあげパン) やさいトマトのスープに ごぼうのサラダ ゆでとうもろこし	26  ちゅうかどん あげシューマイ ゴーヤチャンフルー		
29  コッペパン にくだんごのスープ やさいのコロコロサラダ きなこピーンズ ミニトマト	30  おぎごはん ちくわのいそべあげ もやしのあまずあえ とんじる				<p>歯と口の健康習慣 (6/4-10)</p> 	