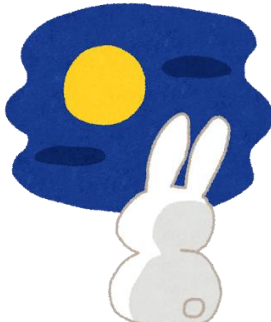


月	火	水	木	金
	1	2	3	4
R8年 	ごはん 鶏肉のハーブ焼き ラタトゥイユ コンスープ	夏野菜カレー ドレッシング コールスロー 冷凍みかん	わかめごはん ゴーヤチャンプルー もずくのスープ サイダーゼリー	ごはん 麻婆豆腐 バンサンスー
				
7	8	9	10	11
ごはん 青椒肉絲 安芸太田 ビーフンスープ	ごはん ポークビーンズ 夏みかんサラダ ヨーグルト	麦ごはん 魚の南部焼き ゴーヤの酢の物 けんちん汁	夏野菜の ペペロンチーノ ちくわの オニオン酢和え チーズ蒸しパン	麦ごはん 揚げ豆腐の 野菜あんかけ 沢煮椀
				
14	15	16	17	18
ごはん キムチじゃが豚 そうめん瓜の酢の物	ごはん スペイン風オムレツ 生野菜（レタス） ねぎと大豆の スパイススープ	中華おこわ キャベツと トマトの中華和え かきたま汁	ごはん お好み揚げ おきな漬 豚汁	ごはん 豚肉のしょうが炒め せん切り野菜 豆腐のみそ汁
				
21	22	23	24	25
敬老の日	国民の休日	秋分の日	ごはん 家常豆腐 ほうれん草スープ	栗ごはん がんもの含め煮 ツナと小松菜の和え物 月見団子
				
28	29	30	 	
ごはん なすのそぼろ炒め マカロニサラダ 果物（りんご）	ごはん 豚肉と 冬瓜の中華煮 ごま酢和え	ごはん インド煮 相性汁		
				