



7月		午後のおやつ	
1	水	軟飯・華しゅうまい・五目炒め・わかめスープ・ヨーグルト	メープルバナナマフィン・麦茶
2	木	軟飯・鶏肉のさっぱり煮・納豆和え・みそ汁・フルーツ	焼きリンゴゼリー・麦茶
3	金	軟飯・鮭の塩焼き・いそ和え・みそ汁・フルーツ	お菓子・麦茶
4	土	きつねうどん・南瓜のクリームチーズ和え・フルーツ	お菓子・麦茶
5	日		
6	月	軟飯・麻婆煮・春雨サラダ・スープ・ヨーグルト	マドレーヌ・麦茶
7	火	軟飯・鶏肉煮・短冊サラダ・おくらのすまし汁・七夕ゼリー	星型クッキー・麦茶
8	水	ジャムパン・ポークチャップ・キャベツのサラダ・コンソメスープ・ヨーグルト	枝豆おにぎり・麦茶
9	木	軟飯・カレイの煮つけ・ひじき煮・みそ汁・フルーツ	オレンジゼリー・麦茶
10	金	軟飯・豚肉のごまみそ焼き・ほうれん草のじゃこ和え・えのきのみそ汁・フルーツ	お菓子・麦茶
11	土	肉うどん・じゃがツナ煮・フルーツ	お菓子・麦茶
12	日		
13	月	軟飯・納豆・五目きんぴら・みそ汁・ヨーグルト	お菓子・麦茶
14	火	軟飯・和風ハンバーグ・大根サラダ・なめこ汁・フルーツ	さつまいも・麦茶
15	水	和風スパゲッティ・ポパイサラダ・スープ・ゼリー	青のりおにぎり・麦茶
16	木	軟飯・煮魚・ほうれん草の白あえ・すまし汁・フルーツ	フルーツヨーグルト・麦茶
17	金	夏祭りバイキング（塩焼きそば 冷やしきゅうり じゃが芋煮）	お菓子・麦茶
18	土	冷やしそうめん・南瓜煮・ヨーグルト	お菓子・麦茶
19	日		
20	月	軟飯・肉じゃが・サラダ・スープ・フルーツ	ぶどうゼリー・麦茶
21	火	軟飯・鮭の味噌煮・わかめとしらすのかりかりサラダ・みそ汁・フルーツ	お菓子・麦茶
22	水	食パン・タンドリーチキン・サラダ・スープ・ゼリー	お菓子・麦茶
23	木	海の日	
24	金	スポーツの日	
25	土	ちゃんぽんうどん・じゃがいもの煮ころがし・ヨーグルト	お菓子・麦茶
26	日		
27	月	軟飯・鶏肉のチーズ焼き・野菜スティック・スープ・フルーツ	フルーツポンチ・麦茶
28	火	軟飯・鮭の照り焼き・なめたけ和え・みそ汁・ゼリー	ごまきなこクッキー・麦茶
29	水	冷やしうどん・コロコロサラダ・ヨーグルト	おにぎり・麦茶
30	木	軟飯・筑前煮・たたききゅうり・みそ汁・フルーツ	お菓子・麦茶
31	金	軟飯・豚肉の甘辛煮・野菜のごま和え・すまし汁・ゼリー	お菓子・麦茶

