

7月編

	昼食	夕食	
月	<p>スクランブルエッグ チーズハンバーグ ごはん トマトと豆のナムル和え ヨーグルト</p>	<p>エビと鳥肉炒め(マスターのースト) ブロッコリーのホタテソース サラダ ゴはん リハニ 牛乳</p>	月
火	<p>鯵の南蛮漬け ごはん ホテトサラダ オクラと油揚げのナムル 果物 牛乳</p>	<p>サラダ マカロニ マッシュ スヘアリフ ごはん ホット オレンジ</p>	火
水	<p>五目チャーハン わかめとねぎのスープ チョレギサラダ サラダチキン トマtosライス ミルクゼリー</p>	<p>餃子 中華スープ ごはん 豆もやしのナムル サラダ 果物 ヨーグルト</p>	水
木	<p>鯖の醤油漬け焼キ ごはん ナムル 大根と厚揚げの煮物 塩昆布和え ヨーグルト</p>	<p>干キン南蛮 ごはん ナムル セー-マンとじゅうこめ 納豆 グリーンサラダ 牛乳</p>	木
金	<p>冷しゃぶ ゴはん まぐろの角煮、じゃが芋のみそ汁 レバーケチャップ和え オレンジ</p>	<p>ひつまぶし いわしの団子のおまじ 冬瓜のあんかけ スイカ ヨーグルト</p>	金
土	<p>豆腐ハンバーグ ごはん ナムル ひじきサラダ ブロッコリー炒め 牛乳</p>	<p>麻婆茄子 ゴはん トマトと玉ねぎのスープ リハニ ささみチーズ春巻き 春雨サラダ ヨーグルト</p>	土
日	<p>チキン ハンバーグ コーンと玉ねぎのスープ グリーンサラダ ヨーグルト パンとはんぺんのナムル焼き</p>	<p>鮭寿司 豆腐のおまじ レバーケ オレンジ</p>	日