



日にち	献立名	主食
1日(木)	まぐろのおろし煮(まぐろ、大根、ブロッコリー)	おかゆ
2日(金)	マカロニのスープ煮(マカロニ、人参、しらす)、オレンジ	
7日(水)	キッズマーボー(豆腐、納豆、人参)	おかゆ
8日(木)	大根の煮物(大根、人参、チンゲン菜)	おかゆ
9日(金)	じゃがいもの煮物(じゃがいも、玉ねぎ、いんげん)	おかゆ
12日(月)	ツナ和え(ツナ、じゃがいも、玉ねぎ)	おかゆ
13日(火)	キャベツサラダ(キャベツ、小松菜、ヨーグルト)	おかゆ
14日(水)	和風スパゲティ(スパゲティ、ブロッコリー、かぼちゃ、人参)、パン	
15日(木)	野菜のとろとろ煮(チンゲン菜、キャベツ、人参、玉ねぎ)	おかゆ
16日(金)	白和え(キャベツ、人参、玉ねぎ、豆腐)	おかゆ
19日(月)	トマトリゾット(トマト、玉ねぎ、白菜、麩)、オレンジ	
20日(火)	鶏つくね(鶏ひき肉、豆腐、わかめ、小ねぎ)	おかゆ
21日(水)	白菜の煮浸し(白菜、人参、きゅうり、チンゲン菜)	おかゆ
22日(木)	カレーの味噌煮(カレー、小松菜、玉ねぎ、キャベツ)	おかゆ
23日(金)	トマト煮(トマト、なす、人参、チーズ)	おかゆ
26日(月)	ミルク煮(じゃがいも、人参、玉ねぎ、大根)	おかゆ
27日(火)	とろとろルー(コーンルー、人参、じゃがいも、青のり)、パン	
28日(水)	ささみサラダ(鶏ささみ、レタス、きゅうり、人参)	おかゆ
29日(木)	鮭のコーン和え(鮭、クリームコーン、ほうれん草、玉ねぎ)	
30日(金)	キャベツの和え物(キャベツ、鶏ひき肉、人参、チーズ)	おかゆ

 今月の給食 

気温差の激しいこの時期は体調を崩しやすくなります。暑いも多くなるのでこまめな水分補給に気をつけましょう。

