



6がつのこんだて

へいせい30ねん

おおいずみひがししょうがっこう



げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
				1 フレンチサラダ チキンと豆のカレー あじさいゼリー
4 カミカミサラダ いいとうふどん トマト (グループざら) 	5 いなかじる やまぶきごはん さかなのからみやき そくせきづけ 	6 フルーツポンチ チャンポンめん 	7 キャベツと コーンのスープ サフランライス タンドリーチキン オニオンドレッシング サラダ ゆでそば (グループざら) 	8 ワンタンスープ にしょくサンド コーンのサラダ
11 あおなのみそしる うめちりめんごはん ししゃものみりんやき ゆかりづけ 	12 さわにわん アスパラごはん さばのカレームニエル キャベツのあまずつけ トマト (グループざら) 	13 わかめスープ ちゅうかどん くだもの (グループざら) 	14 ジャがいもと わかめの みそしる はいがごはん まさごやき いそかあえ 	15 きゅうりともやしの ごまず ねりまスパゲティ かぼちゃのサクサクパイ (グループざら)
18 きりぼし だいごんのナムル おぎごはん しせんとうふ くだもの (グループざら) 	19 そうめん すましじる おぎごはん たくわんとベーコンの いためもの さばのみそに やさいのごまずあえ 	20 かきたますーぶ カレーピラフ すいか (グループざら) 	21 なすのみそしる めかぶごはん きすのいそべあげ もやしとあおなの おひたし 	22 はるさめスープ チャーハン シュウマイ トマト (グループざら)
25 けんちんじる さんさいおこわ つくねむし 	26 すましじる ごもくずし おひたし おいおいデザート 	27 ポークビーンズ ガーリックトースト グリーンサラダ 	28 にととうふの すましじる きびごはん いわしのうめに わかめサラダ 	29 かぶのすーぶ チキンライス アーモンド ドレッシングサラダ くだもの (グループざら)
				30(土) えのきのみそしる きびごはん かつおのコロコロあげやさいの からしあえ しらたまかん