



7かつのこんだて



れいわ2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 やさいのみぞしる きつねごはん はんげしょうもち 	2 スパゲティまめいり ミートソース みかんゼリー 	3 とりにくのポトフ きなこあげぼん
	6 ごもくあんかけ やしそば サクサク パンフキンパイ 	7 そうめん スープ キラキラピラフ たなぼたゼリー 	8 とうふとあおなのみぞしる だいずとひじきの ごはん ぎせいどうふ 	9 ジャがいもと やさいのスープ カレーチャーハン くだもの
13 ひとえぐさのみぞしる さんまの かばやきふうごはん 	14 コーンとだいずのやさいスープ アスパラごはん トマト 	15 もずくいり スープ シシジュシー しらたま ユーフォーゼリー 	16 にくじゃが うめちりめんごはん 	17 カレーポーク ビーンズ ひきにく ピザトーストサンド くだもの
20 パルミジャーノ スープ ジャンバラヤ にんじんマドレーヌ 	21 とうふととうがんのすましじる ひつまとりごはん どようもち 	22 いんげんまめいり ラタトゥイユ じゃこチーストースト つぶみかんゼリー 	23 うみひ 海の日 	24 スポーツの日
27 千りコンカン キャロットライス 	28 いなかじる こんぶごはん ぶどうジュースゼリー 	29 ワンタンスープ チャーハン 	30 なつやさいカレー くだもの 	31 ミネストローネ スープ チキン テリヤキバーガー フルーツカクテルゼリー