

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
												
1		2	お誕生日会	3		4		5		6		
昼食	カレーライス 大根サラダ		鶏肉のマーマレード焼き ひじきとキャベツのサラダ コンソメスープ		厚揚げのそぼろ煮 もやしとわかめのナムル 麩のすまし汁		鮭のコーンマヨネーズ焼き ほうれん草のソテー 野菜スープ		肉じゃが キャベツの磯和え かぶのみそ汁		高野豆腐とツナの炒め煮 青菜のみそ汁	
午後	牛乳、りんご、ボン菓子		牛乳、ピーチミルク寒 アスパラガスビスケット		牛乳、セサミトースト		牛乳、マシュマロおこし、こんぶ		牛乳、バナナ、ぱりんこ		牛乳、お楽しみおやつ	
8		9		10		11		12		13		
昼食	高野豆腐のクリーム煮 ブロッコリーのごま和え オニオンスープ		しらすごはん 豚肉のしょうが焼き アスパラのおかか和え 豆腐のみそ汁		さわらの西京焼き じゃが芋きんぴら かき玉汁		豆腐のカレーあん キャベツとちくわの和え物 わかめのすまし汁		あじの塩焼き 大根とあげの煮物 なすのみそ汁		お弁当の日	
午後	牛乳、オレンジ おにぎりせんべい		牛乳、パンケーキ		牛乳、マカロニきなこ ぼんち揚げ		牛乳、黒糖蒸しパン、チーズ		牛乳、モモ缶 アスパラガスビスケット		牛乳、お楽しみおやつ	
15		16		17		18		19		20		
昼食	カレーライス 大根サラダ		鶏肉のマーマレード焼き ひじきとキャベツのサラダ コンソメスープ		厚揚げのそぼろ煮 もやしとわかめのナムル 麩のすまし汁		鮭のコーンマヨネーズ焼き ほうれん草のソテー 野菜スープ		肉じゃが キャベツの磯和え かぶのみそ汁		高野豆腐とツナの炒め煮 青菜のみそ汁	
午後	牛乳、りんご、ボン菓子		牛乳、ミルクあべかわ ほりほり小魚		牛乳、セサミトースト		牛乳、マシュマロおこし、こんぶ		牛乳、バナナ、ぱりんこ		牛乳、お楽しみおやつ	
22		23		24		25		26		27		
昼食	高野豆腐のクリーム煮 ブロッコリーのごま和え オニオンスープ		しらすごはん 豚肉のしょうが焼き アスパラのおかか和え 豆腐のみそ汁		さわらの西京焼き じゃが芋きんぴら かき玉汁		豆腐のカレーあん キャベツとちくわの和え物 わかめのすまし汁		あじの塩焼き 大根とあげの煮物 なすのみそ汁		豚肉と野菜の味噌炒め 玉ねぎのすまし汁	
午後	牛乳、オレンジ おにぎりせんべい		牛乳、パンケーキ		牛乳、マカロニきなこ ぼんち揚げ		牛乳、黒糖蒸しパン、チーズ		牛乳、モモ缶 アスパラガスビスケット		牛乳、お楽しみおやつ	
29		30										
昼食	カレーライス 大根サラダ		鶏肉のマーマレード焼き ひじきとキャベツのサラダ コンソメスープ									
午後	牛乳、りんご、ボン菓子		牛乳、ミルクあべかわ ほりほり小魚									

2020.06