

# 7・8月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
1  ひじきご飯 梅ドレサラダ 豚汁	2  冷やしきつねうどん ちくわの磯辺揚げ 冷凍みかん	3  ご飯 鮭のみそマヨ焼き 野菜とひじきの 和え物 白菜のスープ	4  ご飯 揚げぎょうざ 中華風きゅうり チンゲン菜スープ	5  うなぎ入り五目ずし セタ汁 お星さまゼリー
8  マーボーなす丼 春雨サラダ ぶどう食べ比べ	9  ご飯 ツナの油味噌 豚肉のすき焼き煮 酢の物	10  ご飯 鶏とコーンの揚げ煮 ごまドレサラダ 冬瓜汁	11  ピザトースト ABCスープ にんじんサラダ 冷凍もも	12  ご飯 あじフライ 和風サラダ かぼちゃのみそ汁
15  海の日	16  ジャーチャー麺 野菜の華風和え 冷凍りんご	17  コーンピラフ ラタトゥイユ&フライ フルーツポンチ	18  ご飯 しいらの東煮 いそ和え みそ汁	19  夏野菜の キーマカレー オニオン ドレッシングサラダ 蒸しとうもろこし ジョア







## 8月

30

  
 おやこどん  
 親子丼  
 野菜と  
 ひじきの和え物  
 フルーツ白玉