令和7年6月　わくわく献立

日	主食	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
2 月	ごはん	ウインナーのデミソースかけ おさかなナゲット スナップエンドウボイル チンゲン菜と大豆のケチャップ和え カクテルゼリー	ウインナー、魚介ナゲット、大豆	米、アレルギーフリーハヤシルウ、 油、砂糖、ゼリー	玉ねぎ、グリーンピース、 スナップえんどう、チンゲン菜	368 kcal 9.6 g 11.2 g 1.4 g
3 火	ごはん	鶏肉の照焼き かまぼこ ブロッコリーのオイマヨ和え 切干大根のはりはり漬け風 みかんゼリー	鶏肉、かまぼこ、塩昆布	米、砂糖、ノンエッグマヨネーズ、ゼリー	ブロッコリー、切干大根、人参	303 kcal 9.9 g 6.9 g 0.8 g
4 水	ごはん	サワラのにんにくしょうゆ焼き 揚げじゃが 春雨のカレー炒め 小松菜のチーズ和え 洋なし	サワラ、ハム、チーズ	米、じゃがいも、油、春雨、 ノンエッグマヨネーズ	グリーンピース、小松菜、洋梨	331 kcal 10.8 g 8.2 g 1.1 g
5 木	ごはん	ホイコーロー 揚げぎょうざ ほうれん草の玉子和え 白桃	豚肉、ぎょうざ、錦糸玉子	米、油、砂糖	キャベツ、人参、ほうれん草、白桃	310 kcal 10.8 g 7.7 g 1.0 g
6 金	青菜ごはん	コーンクリームコロッケ 鶏肉の八幡巻き 人参しりしり 白菜の洋風煮 りんご	鶏肉の八幡巻き、ツナ、ウインナー	米、油	青菜ふりかけ、コーンボール、人参、 白菜、りんご	324 kcal 8.5 g 7.1 g 1.5 g
9 月	パンプキンパン	ハムカツ 照焼きミートボール トマトマカロニ ブロッコリーとカニカマのサラダ みかん	ハムカツ、ミートボール、 カニカマ	パンプキンパン、油、マカロニ、砂糖	コーン、グリーンピース、 トマトソース、ブロッコリー、みかん	314 kcal 6.0 g 7.1 g 1.7 g
10 火	ごはん	厚揚げのジャージャー炒め きゅうりの酢の物 ぶどうゼリー	厚揚げ、豚肉、魚肉	米、砂糖、油、片栗粉、ゼリー	長ねぎ、椎茸、白菜、きゅうり	313 kcal 9.0 g 7.8 g 1.2 g
11 水	ごはん	BBQポーク カリフラワーのマリネ コーンとウインナーのソテー 黄桃	豚肉、ウインナー	米、油、砂糖	玉ねぎ、カリフラワー、パセリ、 コーン、グリーンピース、黄桃	306 kcal 10.5 g 5.7 g 0.6 g
12 木	ごはん	鶏肉のパセリバター焼き フライドポテト 人参のコンソメ煮 ボイルアスパラ りんご	鶏肉	米、パセリバターオイル、砂糖、 じゃがいも、油	人参、アスパラガス、りんご	336 kcal 9.2 g 10.4 g 0.9 g
13 金	ごはん	サバのトマト煮 厚焼玉子 ブロッコリーボイル きんぴらごぼう 白桃	サバ、厚焼玉子、さつまあげ	米、砂糖、油、ごま、ごま油	玉ねぎ、マッシュルーム、 グリーンピース、トマトソース、 ブロッコリー、ごぼう、白桃	313 kcal 12.4 g 7.6 g 1.0 g
16 月	ごはん	鶏肉のから揚げ 野菜かまぼこ こまツナ和え かぼちゃの甘煮 パイン	鶏肉のから揚げ、かまぼこ、ツナ	米、油、砂糖	小松菜、かぼちゃ、パイン	307 kcal 9.6 g 7.0 g 1.0 g
17 火	ごはん	サゴシのみそ焼き かぶのそぼろ煮 水菜のおろし和え みかん	サゴシ、鶏肉	米、砂糖、片栗粉	かぶ、水菜、コーン、大根、みかん	294 kcal 12.3 g 5.0 g 1.3 g
18 水	ごはん	わくわくハンバーグ 人参グラッセ 大根とハムのソテー ブロッコリーのおかかマヨ和え 三色寒天	わくわくハンバーグ、ハム、 かつおぶし、三色寒天	米、油、砂糖、ノンエッグマヨネーズ	人参、大根、パプリカ、ブロッコリー	305 kcal 8.1 g 8.3 g 0.9 g
19 木	ごはん	春雨入り麻婆豆腐 ほうれん草のごま和え 黄桃	豆腐、豚肉	米、春雨、油、ごま油、砂糖、 片栗粉、ごま	人参、玉ねぎ、グリーンピース、 ほうれん草、黄桃	304 kcal 9.5 g 6.2 g 0.9 g
20 金	ごはん	鶏肉のごま焼き さつまいもの天ぷら わかめの甘酢和え 小松菜と油揚げのさっと煮 白桃	鶏肉、わかめ、油揚げ	米、ごま、砂糖、さつまいも、 天ぷら粉、油	コーン、小松菜、白桃	328 kcal 10.6 g 7.9 g 1.1 g
23 月	サケごはん	カレーコロッケ ウインナービーンズ アスパラサラダ りんご	サケ、大豆、ウインナー	米、カレーコロッケ、油、砂糖	玉ねぎ、トマトソース、 アスパラガス、人参、りんご	340 kcal 9.3 g 7.7 g 1.0 g
24 火	コッペパン	パンプキンキッシュ エビフライ スパゲティサラダ ブロッコリーのごま和え マンゴープリン	パンプキンキッシュ、エビフライ	コッペパン、油、スパゲッティ、 ノンエッグマヨネーズ、砂糖、 ごま、マンゴープリン	人参、きゅうり、コーン、ブロッコリー	311 kcal 8.7 g 10.2 g 1.3 g
25 水	ごはん	タラのバジルオイル焼き チキンナゲット キャベツの玉子炒め カラフルポテト 洋なし	タラ、チキンナゲット、炒り玉子	米、バジルオイル、油、じゃがいも	キャベツ、人参、コーン、グリーンピース、 洋梨	350 kcal 12.4 g 9.6 g 1.3 g
26 木	ごはん	鶏肉の西京焼き タコさんウインナー れんこんの甘辛炒め 小松菜のごまドレサラダ みかん	鶏肉、ウインナー	米、砂糖、油、和風ごまドレッシング	れんこん、人参、小松菜、みかん	313 kcal 10.5 g 7.6 g 1.0 g
27 金	ごはん	チキンカツ しもつかれ ほうれん草のソテー パイン	チキンカツ、サケ、大豆、油揚げ	米、油	大根、人参、ほうれん草、コーン、パイン	310 kcal 10.4 g 6.8 g 1.0 g
30 月	ごはん	エビマヨ チンゲン菜と蒸し鶏の和え物 洋なし	えびフリッター、鶏肉	米、油、ノンエッグマヨネーズ、砂糖	ピーマン、人参、玉ねぎ、チンゲン菜、 マッシュルーム、洋梨	309 kcal 7.2 g 8.1 g 1.0 g

三分類は、使用している主な食材を記載しております。アレルギー表示につきましてはわくわく広場のホームページでご確認いただけます。
わくわく広場のお弁当は午後1時までにお召しあがりください。 尚、仕入れの都合上メニューが変更になる場合もあります。
＊魚には骨が入っていることがありますので、十分に気を付けてお召しあがりください。
＊お食事の際には、園児様に向け、よく噛んでお召しあがりいただきますよう、お声がけのほどよろしくお願い致します。

2025年6月　アレルギー対象食品使用献立一覧表

日付		献立名	えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
6/2	月	ごはん																												
		ウインナーのデミソースかけ																				○	○		○					
		おさかなナゲット				○							○									○								
		スナップエンドウボイル																												
		チンゲン菜と大豆のケチャップ和え																				○								
		カクテルゼリー																				○					○		○	
6/3	火	ごはん																												
		鶏肉の照焼き				○																○	○							
		かまぼこ				○		○																						
		ブロッコリーのオイマヨ和え																				○								
		切干大根のはりはり漬け風				○																○								
		みかんゼリー																												
6/4	水	ごはん																												
		サワラのにんにくしょうゆ焼き				○																○								
		揚げじゃが																				○								
		春雨のカレー炒め				○																○	○		○					
		小松菜のチーズ和え							○													○								
		洋なし																												
6/5	木	ごはん																												
		ホイコーロー				○																○	○		○					
		揚げぎょうざ				○			○										○			○	○		○					
		ほうれん草の玉子和え				○		○														○								
		白桃																									○			
6/6	金	青菜ごはん																												
		コーンクリームコロッケ				○			○													○								
		鶏肉の八幡巻き				○																○	○							
		人参しりしり				○																○								
		白菜の洋風煮																				○	○		○					
		りんご																											○	
6/9	月	パンプキンパン				○																								
		ハムカツ				○		○														○			○					
		照焼きミートボール				○			○													○	○							
		トマトマカロニ				○																○	○		○					
		ブロッコリーとカニカマのサラダ		○		○		○														○								
		みかん																												
6/10	火	ごはん																												
		厚揚げのジャージャー炒め				○													○			○	○		○					
		きゅうりの酢の物				○																○								
		ぶどうゼリー																												
6/11	水	ごはん																												
		BBQポーク																				○			○				○	
		カリフラワーのマリネ																				○								
		コーンとウインナーのソテー																				○	○		○					
		黄桃																									○			
6/12	木	ごはん																												
		鶏肉のパセリバター焼き				○			○													○	○							
		フライドポテト				○																○								
		人参のコンソメ煮																					○		○					
		ボイルアスパラ																												
		りんご																											○	
6/13	金	ごはん																												
		サバのトマト煮																			○	○								
		厚焼玉子				○		○														○								
		ブロッコリーボイル																												
		きんぴらごぼう				○													○			○								
		白桃																									○			
6/16	月	ごはん																												
		鶏肉のから揚げ				○																○	○							
		野菜かまぼこ																				○								
		こまツナ和え				○																○								
		かぼちゃの甘煮				○																○								
		パイン																												
6/17	火	ごはん																												
		サゴシのみそ焼き				○																○								
		かぶのそぼろ煮				○																○	○							
		水菜のおろし和え				○																○								
		みかん																												
6/18	水	ごはん																												
		わくわくハンバーグ																○				○			○					
		人参グラッセ																				○								
		大根とハムのソテー				○																○	○		○					
		ブロッコリーのおかかマヨ和え				○																○								
		三色寒天																												
6/19	木	ごはん																												
		春雨入り麻婆豆腐				○													○			○	○		○					○
		ほうれん草のごま和え				○													○			○								
		黄桃																									○			
6/20	金	ごはん																												
		鶏肉のごま焼き				○													○			○	○							
		さつまいもの天ぷら				○																○								
		わかめの甘酢和え				○																○								
		小松菜と油揚げのさっと煮				○																○								
		白桃																									○			
6/23	月	サケごはん																		○		○								
		カレーコロッケ				○																○								
		ウインナービーンズ																				○	○		○					
		アスパラサラダ																				○								
		りんご																											○	
6/24	火	コッペパン				○																								
		パンプキンキッシュ				○		○														○	○							
		エビフライ	○			○																○								
		スパゲティサラダ				○																○								
		ブロッコリーのごま和え				○													○			○								
		マンゴープリン							○													○								
6/25	水	ごはん																												
		タラのバジルオイル焼き				○			○													○	○		○					
		チキンナゲット				○																○	○							
		キャベツの玉子炒め						○														○	○		○					
		カラフルポテト																												
		洋なし																												
6/26	木	ごはん																												
		鶏肉の西京焼き																				○	○		○					○
		タコさんウインナー																					○		○					
		れんこんの甘辛炒め				○																○								
		小松菜のごまドレサラダ				○													○			○								
		みかん																												
6/27	金	ごはん																												
		チキンカツ				○			○													○	○							
		しもつかれ																		○		○								
		ほうれん草のソテー																				○	○		○					
		パイン																												
6/30	月	ごはん																												
		エビマヨ	○			○																○	○							
		チンゲン菜と蒸し鶏の和え物				○																○	○							
		洋なし																												

令和7年7月　わくわく献立

日	主食	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	ｴﾈﾙｷﾞｰ たんぱく質 脂質 食塩相当量
1 火	ごはん	豆腐チャンプルー ハム玉子サラダ りんご	豆腐、豚肉、かつおぶし、炒り玉子、ハム	米、油、ノンエッグマヨネーズ	もやし、にら、人参、りんご	304 kcal 11.0 g 7.6 g 0.7 g
2 水	ごはん	サゴシのバジルオイル焼き 鶏肉の八幡巻き 小松菜のケチャップソテー コーンとカニカマの和え物 パイン	サゴシ、鶏肉の八幡巻き、ウインナー、 カニカマ	米、バジルオイル、油、砂糖	小松菜、コーン、パイン	340 kcal 12.6 g 8.8 g 1.3 g
3 木	ごはん	すき焼き風煮 コキールフライ 白桃	豚肉、豆腐、コキールフライ	米、しらたき、油	白菜、人参、椎茸、白桃	301 kcal 10.3 g 5.0 g 0.9 g
4 金	ごはん	豚肉のねぎ塩炒め 春巻き チョレギサラダ みかん	豚肉、海苔	米、油、ごま油、砂糖	長ねぎ、ピーマン、春巻、キャベツ、 きゅうり、みかん	303 kcal 10.6 g 6.8 g 0.8 g
7 月	わかめごはん	オムレツ チキンナゲット ツナコーンソテー おくらの和え物 マンゴープリン	わかめふりかけ、オムレツ、 チキンナゲット、ツナ、カニカマ	米、油、マンゴープリン	カリッコリー、コーン、オクラ	320 kcal 9.0 g 7.1 g 1.8 g
8 火	ごはん	豚肉のしょうが炒め ちくわの磯辺揚げ ほうれん草のしそ和え 黄桃	豚肉、ちくわ、青のり	米、油、砂糖、天ぷら粉	玉ねぎ、ほうれん草、赤しそ、黄桃	327 kcal 12.8 g 6.1 g 1.1 g
9 水	コッペパン	タラのカレーソース キャベツとウインナーのスパゲティ ケチャップポテト 洋なし	タラ、ウインナー	コッペパン、アレルギーフリーカレール ウ、砂糖、スパゲッティ、油、 ハッシュドポテト	コーン、人参、キャベツ、洋梨	320 kcal 12.3 g 9.7 g 1.9 g
10 木	ごはん	チキンオレンジソテー マカロニのコーンクリーム煮 人参グラッセ ひじきとキャベツのサラダ りんご	鶏肉、ひじき	米、マカロニ、砂糖、 アレルギーフリーシチュールウ、油、 マーマレード	コーン、人参、キャベツ、りんご	336 kcal 9.7 g 7.5 g 0.9 g
11 金	ごはん	蠣油豆腐（ハオユードウフ） 大根とさつま揚げの中華和え ぶどうゼリー	厚揚げ、豚肉、さつまあげ	米、油、片栗粉、砂糖、ごま油、ゼリー	人参、ピーマン、椎茸、大根	308 kcal 9.9 g 6.6 g 0.8 g
14 月	ごはん	エビ団子のみぞれ煮 かぼちゃの天ぷら ブロッコリーののりタル和え 洋なし	エビ団子、青のり	米、片栗粉、油、 ノンエッグタルタルソース	グリーンピース、大根、かぼちゃ天ぷら、 ブロッコリー、洋梨	310 kcal 7.1 g 6.7 g 1.0 g
15 火	ごはん	タンドリーチキン風 お花さつま かぶのスープ煮 ズッキーニのサラダ みかん	鶏肉、さつまあげ	米、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、 イタリアンドレッシング	かぶ、ズッキーニ、コーン、みかん	309 kcal 10.1 g 7.4 g 1.1 g
16 水	ごはん	わくわくハンバーグ フライドポテト 切干大根の洋風炒め マカロニナポリタン パイン	わくわくハンバーグ、ハム	米、じゃがいも、油、砂糖、マカロニ	切干大根、ピーマン、グリーンピース、 コーン、パイン	351 kcal 8.3 g 8.5 g 1.1 g
17 木	サケわかめごはん	鶏肉と野菜の甘辛煮 カニカマの天ぷら ブロッコリーのマヨ和え 白桃	サケわかめふりかけ、鶏肉、 カニカマ天ぷら	米、砂糖、油、ノンエッグマヨネーズ	人参、ごぼう、れんこん、 ブロッコリー、白桃	356 kcal 11.1 g 10.9 g 1.4 g
18 金	ごはん	サバの竜田揚げ かぼちゃのおかかチーズ和え キャベツのおひたし 三色寒天	サバ、チーズ、おかかふりかけ、 三色寒天	米、砂糖、天ぷら粉、片栗粉、油	南瓜、キャベツ	366 kcal 11.7 g 9.6 g 1.0 g
22 火	ごはん	鶏肉のから揚げ かまぼこ きんぴらごぼう いんげんとアサリの和え物 みかん	鶏肉のから揚げ、かまぼこ、アサリ	米、油、ごま油、砂糖	ごぼう、人参、いんげん、みかん	311 kcal 9.4 g 7.2 g 0.9 g
23 水	ごはん	チキンカチャトーラ コールスロー のり塩ポテト りんご	鶏肉、青のり	米、砂糖、ノンエッグマヨネーズ、 じゃがいも、油	玉ねぎ、マッシュルーム、トマトソース、 キャベツ、きゅうり、コーン、りんご	339 kcal 9.0 g 9.7 g 0.5 g
24 木	キャロットパン	タラのブラウンソース ハッシュドポテト マカロニとひき肉のソテー 青豆とハムのサラダ 白桃	タラ、豚肉、ハム	キャロットパン、油、ハッシュドポテト、 アレルギーフリーハヤシルウ、 マカロニ、砂糖	玉ねぎ、人参、 コーン、グリーンピース、白桃	325 kcal 13.2 g 11.1 g 1.7 g
25 金	ごはん	揚げぎょうざ カニカマと野菜の中華煮込み チンゲン菜のツナマヨ和え 黄桃	ぎょうざ、カニカマ、ツナ	米、油、砂糖、片栗粉、ごま油、 ノンエッグマヨネーズ	白菜、椎茸、人参、長ねぎ、 チンゲン菜、黄桃	313 kcal 7.2 g 8.4 g 1.3 g
28 月	おかかごはん	チキンスティック 炒米粉 野菜かまぼこ わかめのぽん酢和え みかんゼリー	おかかふりかけ、スティックチキン、 かまぼこ、わかめ	米、油、ビーフン、砂糖、ゼリー	ピーマン、チンゲン菜、人参	382 kcal 11.0 g 10.0 g 1.4 g
29 火	ごはん	赤魚の西京焼き ウインナー もやし炒め 里芋の青のりまぶし りんご	赤魚、ウインナー、青のり	米、油、里芋	もやし、パプリカ、りんご	290 kcal 10.8 g 4.6 g 1.0 g
30 水	ごはん	ロールキャベツのラタトゥイユソース ブロッコリーボイル コーンサラダ みかん	ロールキャベツ、魚肉	米、油、砂糖、ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ、なす、ズッキーニ、トマトソース、 ブロッコリー、コーン、みかん	315 kcal 6.9 g 7.9 g 1.0 g
31 木	ごはん	豚肉と春雨の炒め物 エビフライ うずら豆 チンゲン菜の中華和え 洋なし	豚肉、エビフライ	米、春雨、油、砂糖、ごま油、ごま	きくらげ、人参、うずら豆、チンゲン菜、 洋梨	321 kcal 9.0 g 4.6 g 0.6 g

三分類は、使用している主な食材を記載しております。アレルギー表示につきましてはわくわく広場のホームページでご確認いただけます。
わくわく広場のお弁当は午後1時までにお召しあがりください。 尚、仕入れの都合上メニューが変更になる場合もあります。
＊魚には骨が入っていることがありますので、十分に気を付けてお召しあがりください。
＊お食事の際には、園児様に向け、よく噛んでお召しあがりいただきますよう、お声がけのほどよろしくお願い致します。

令和７年7月　アレルギー対象食品使用献立一覧表

日付		献立名	えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
7/1	火	ごはん																												
		豆腐チャンプルー				○																○			○					○
		ハム玉子サラダ						○														○	○		○					
		りんご																											○	
7/2	水	ごはん																												
		サゴシのバジルオイル焼き				○			○													○	○		○					
		鶏肉の八幡巻き				○																○	○							
		小松菜のケチャップソテー																				○	○		○					
		コーンとカニカマの和え物		○		○		○														○								
		パイン																												
7/3	木	ごはん																												
		すき焼き風煮				○												○				○			○					○
		コキールフライ				○		○														○								
		白桃																									○			
7/4	金	ごはん																												
		豚肉のねぎ塩炒め																				○	○		○					
		春巻き				○													○			○			○					
		チョレギサラダ				○													○			○								
		みかん																												
7/7	月	わかめごはん																												
		オムレツ						○														○								
		チキンナゲット				○																○	○							
		ツナコーンソテー				○																○								
		おくらの和え物		○		○		○														○								
		マンゴープリン							○													○								
7/8	火	ごはん																												
		豚肉のしょうが炒め				○																○			○					
		ちくわの磯辺揚げ				○																○			○					
		ほうれん草のしそ和え				○																○								
		黄桃																									○			
7/9	水	コッペパン				○																								
		タラのカレーソース																					○		○					
		キャベツとウインナーのスパゲティ				○																○	○		○					
		ケチャップポテト																				○								
		洋なし																												
7/10	木	ごはん																												
		チキンオレンジソテー				○									○							○	○							
		マカロニのコーンクリーム煮				○																	○		○					
		人参グラッセ																				○								
		ひじきとキャベツのサラダ																				○								
		りんご																											○	
7/11	金	ごはん																												
		蠣油豆腐				○																○	○		○					
		大根とさつま揚げの中華和え				○													○			○								
		ぶどうゼリー																												
7/14	月	ごはん																												
		エビ団子のみぞれ煮	○			○		○														○								
		かぼちゃ天ぷら				○																○								
		ブロッコリーののりタル和え																				○								
		洋なし																												
7/15	火	ごはん																												
		タンドリーチキン風																				○	○							
		お花さつま				○		○														○								
		かぶのスープ煮																					○		○					
		ズッキーニのサラダ																				○							○	
		みかん																												
7/16	水	ごはん																												
		わくわくハンバーグ				○												○				○			○					
		フライドポテト				○																○								
		切干大根の洋風炒め																				○	○		○					
		マカロニナポリタン				○																○								
		パイン																												
7/17	木	サケわかめごはん																		○										
		鶏肉と野菜の甘辛煮				○																○	○							
		カニカマの天ぷら		○		○		○														○								
		ブロッコリーのマヨ和え																				○								
		白桃																									○			
7/18	金	ごはん																												
		サバの竜田揚げ				○															○	○								
		かぼちゃのおかかチーズ和え				○			○													○								
		キャベツのおひたし				○																○								
		三色寒天																												
7/22	火	ごはん																												
		鶏肉のから揚げ				○																○	○							
		かまぼこ				○		○																						
		きんぴらごぼう				○													○			○								
		いんげんとアサリの和え物				○																○								
		みかん																												
7/23	水	ごはん																												
		チキンカチャトーラ																				○	○							
		コールスロー																				○								
		のり塩ポテト				○																○								
		りんご																											○	
7/24	木	キャロットパン				○																								
		タラのブラウンソース																				○								
		ハッシュドポテト																				○								
		マカロニとひき肉のソテー				○																○	○		○					
		青豆とハムのサラダ																				○	○		○					
		白桃																									○			
7/25	金	ごはん																												
		揚げぎょうざ				○			○										○			○	○		○					
		カニカマと野菜の中華煮込み		○		○		○											○			○	○							
		チンゲン菜のツナマヨ和え				○																○								
		黄桃																									○			
7/28	月	おかかごはん				○																○								
		チキンスティック				○																○	○							
		炒米粉																				○	○							
		野菜かまぼこ																				○								
		わかめのぽん酢和え				○																○								
		みかんゼリー																												
7/29	火	ごはん																												
		赤魚の西京焼き																				○			○					○
		ウインナー																				○			○					
		もやし炒め																				○	○							
		里芋の青のりまぶし				○																○								
		りんご																											○	
7/30	水	ごはん																												
		ロールキャベツのラタトゥイユソース				○		○	○													○	○		○					
		ブロッコリーボイル																												
		コーンサラダ				○																○								
		みかん																												
7/31	木	ごはん																												
		豚肉と春雨の炒め物				○												○				○			○					
		エビフライ	○			○																○								
		うずら豆																												
		チンゲン菜の中華和え				○													○			○								
		洋なし																												