



7月6日（月）

豆腐ミートグラタン
ブロッコリーとコーンのサ
タ
みそ汁



7月7日（火）

厚焼き卵
ひじき炒め
みそ汁



7月8日（水）

タンドリーチキン
切り干し大根
の煮付け
みそ汁
果物



7月9日（木）

白身魚のフライ
納豆和え
みそ汁



7月10日（金）

肉豆腐
ピーマンのきんぴら
みそ汁
果物



7月11日（土）

五目そうめん
牛乳
果物
チーズ