

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 ベーコン入卵焼き ポークウィンナー ブロッコリーごまあえ なめこのみそ汁 果物 ホットケーキ 牛乳 午前のおやつ：乳酸ドリンク 未満児主食：わかめごはん	2 ごまつくね焼き ツナサラダ 玉ねぎのみそ汁 果物 カミカミおやつ 牛乳 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	3 鶏肉ラーメン キャベツ炒め もやしのナムル 果物 カスタードケーキ 牛乳 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：うどん	4 つがる市メロンの日 ちくわ納豆 五目きんぴら 舞茸スープ メロン ワッフル 牛乳 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	5 
	7 ひき肉入炒り卵 マーボーなす そうめん汁 果物 星たべよ 七夕ゼリー 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：おかかごはん	8 鶏肉の照り焼き風煮 ジャーマンポテト ポークビーンズ 大根のみそ汁 果物 ビスケット ヨーグルト 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	10 酢鶏 コーンサラダ 水菜のスープ 果物 バームクーヘン 牛乳 午前のおやつ：リンゴジュース 未満児主食：ごはん	11 赤魚から揚げ ほうれん草ソテー のり納豆 もやしのみそ汁 果物 あんぱん 牛乳 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	12 山菜うどん ポークウィンナー トマト 果物 おかし 牛乳 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：うどん
	14 筑前煮 マカロニサラダ キャベツのみそ汁 果物 イギリストースト 牛乳 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	15 お好焼風卵焼き かぼちゃ煮 なすのみそ汁 果物 バナナサンド 牛乳 午前のおやつ：乳酸ドリンク 未満児主食：わかめごはん	16 お誕生会 ささみフライ チーズ ほうれん草なめたけあえ わかめのスープ 果物 サラダせんべい フルーツヨーグルト 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	18 焼肉 すき昆布炒め 大根のみそ汁 果物 サラダせんべい バニラアイス 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	19 鶏肉うどん ポークウィンナー トマト 果物 おかし ヤクルト 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：うどん
	21 	22 三色丼 チーズ やさいスープ 果物 いちごジャムパン 牛乳 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	23 さばのから揚げ ひじき炒め さつま芋煮 しめじのみそ汁 果物 ダブルサンド 牛乳 午前のおやつ：乳酸ドリンク 未満児主食：ごはん	24 しおラーメン レンコンと小松菜炒め 煮こんぶ 果物 クリームクロワッサン 牛乳 午前のおやつ：リンゴジュース 未満児主食：うどん	25 ランチの日 エビフライ たまごのサラダ トマト かしわめし やさいジュース 果物 クッキー フルーツアイス 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：かしわめし
28 マーボー豆腐丼 春雨サラダ もやし炒め 果物 クリームパン 牛乳 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	29 冷しゃぶサラダ ブロッコリー炒め じゃがいものみそ汁 果物 ビスケット ジョア 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	30 チキンカレー ゆで卵 福神漬け マカロニサラダ 果物 おにぎり お茶 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：ごはん	31 ちゃんぽん 中華風サラダ バターコーン 果物 サラダせんべい パピコ 午前のおやつ：牛乳 未満児主食：うどん		

おしらせ

- ※ 5日はつがる市メロンの日です。デザートにはつがる市から提供されたメロンがつきます。
- ※ 18日はベルガモット「おにぎりDay」です。
- ※ 25日は「ランチの日」です。3・4・5歳児さん、ご飯はいりませんが箸を持たせてください。
- ※ 今月のご当地メニューは「かしわめし」(福岡県)と「ちゃんぽん」(長崎県)です。
- ※ 午前のおやつは0・1・2歳児さんのみです。献立は変更する場合があります。あらかじめご了承ください。