



6月19日（月）

ごはん

鶏のからあげ

ほうれん草のごまあえ

根菜汁



6月20日（水）

ごはん

あじの照り焼き

切り干し大根の酢の物

みそ汁

牛乳



6月21日（水）

ごはん

麻婆なす

きゅうりの梅和え

レタスのスープ

牛乳



6月22日（木）

さばとトマトのカレー

アスパラのサラダ

ジョア

さくらんぼ