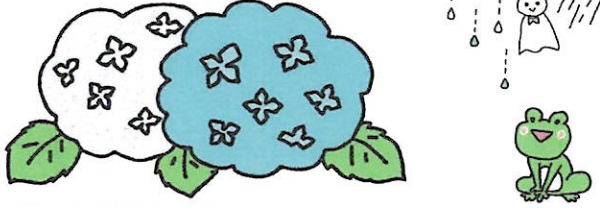


	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	2 クラッカー	3 ドライブルー	4 ベビーチーズ	5 クラッカー	6 ドライブルー	7 クラッカー
昼食	ご飯(胚芽米) ひじきハンバーグ(豆腐入り) きのこクリームスープ 付け合わせ(きゅうり)	ご飯(胚芽米) 鮭のみそマヨ焼き 小松菜の和え物 けんちん汁(豆腐・根菜)	沖縄そば 大根と厚揚げの煮物	ご飯(胚芽米) 茄子味噌炒め 付け合わせ(きゅうり) すまし汁(もずく)	ご飯(胚芽米) 鶏肉のレモンソースがけ 切干大根のサラダ みそ汁(野菜)	肉うどん ポテトサラダ
午後	そうめんちゃんぷるー キウイ/保育乳	にんじんケーキ りんご/保育乳	ツナおにぎり グレープフルーツ/保育乳	きな粉トースト バナナ/保育乳	黒糖アガラサー オレンジ/保育乳	ゆかりおにぎり 果物/保育乳
午前	9 クラッカー	10 ドライブルー	11 ベビーチーズ	12 クラッカー	13 ドライブルー	14 クラッカー
昼食	ミートスパゲティ 付け合わせ(きゅうり) ベジタブルスープ	ご飯(胚芽米) 肉じゃが 梅肉和え みそ汁(とうがん)	カレーライス(チキンカ レー) ブロッコリーサラダ	ご飯(胚芽米) さばの塩焼き(レモン) キャベツとちくわの和え物 みそ汁(豆腐・野菜)	ガーリックトースト チキンクリーム煮 夏野菜サラダ	そぼろ炊き込みご飯 マカロニサラダ みそ汁(玉ねぎ・油揚げ)
午後	鮭おにぎり ブルー/保育乳	マーマレードケーキ りんご/保育乳	シークワサーゼリー バナナ/保育乳	かぼちゃもち(みたらし) オレンジ/保育乳	じゃこ菜おにぎり キウイ/保育乳	グリルドチーズサンド 果物/保育乳
午前	16 クラッカー	17 ドライブルー	18 ベビーチーズ	19 クラッカー	20 ドライブルー	21 クラッカー
昼食	ピラフ チリコンカン(豚ひき) 付け合わせ(きゅうり)	ご飯(胚芽米) ポークチャップ 野菜炒め みそ汁(大根・わかめ)	ご飯(胚芽米) 鮭の南蛮漬け ゴマ和え(ほうれん草) ゆし豆腐(みそ)	ご飯(胚芽米) 鶏肉の照り焼き ゴーヤーチャンプルー そうめん汁	ご飯(胚芽米) 青椒肉絲 中華スープ(豆腐・春雨) 付け合わせ(きゅうり)	タコライス 付け合わせ(きゅうり) わかめスープ
午後	麦天 りんご/保育乳	オートミールバー バナナ/豆乳	コーンマヨトースト グレープフルーツ/保育乳	スイートポテト オレンジ/保育乳	豆乳ココアプリン バナナ/保育乳	ふかし芋 果物/保育乳
午前	23	24 ドライブルー	25 ベビーチーズ	26 クラッカー	27 ドライブルー	28 クラッカー
昼食	慰霊の日	もずく丼 付け合わせ(きゅうり) みそ汁(野菜)	ご飯(胚芽米) さばの味噌煮 ふーチャンブルー アサ汁(豆腐)	誕生会	わかめご飯 ナーベラーンブシー 砂肝の和え物	盆踊り会
午後		レーズンクッキー りんご/保育乳	焼きいも パイナップル/保育乳	ケーキ オレンジ/保育乳	バナナブレッド キウイ/保育乳	
午前	30 クラッカー					
昼食	ドライカレーライス ベジタブルスープ 付け合わせ(きゅうり)					
午後	キャロットゼリー パイナップル/保育乳					

♥もずく♥

一年中店頭で見ることができますが、旬は4~6月。この旬の時期にぜひご家庭で生もずくを味わってください。酢で和えた「もずく酢」の他に、天ぷらや汁物、もずく丼等もおすすです。
もずく丼のレシピはクックパッドに載せていますので是非参考にしてください。

