



月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
写真なし 親子どんぶり おこめんサラダ	 なすとピーマンの 肉みそ丼 豆乳スープ	 鶏飯 もやしのごま酢和え アーモンドいりこ	 梅ちりごはん 焼きししゃも すまし汁 あじさいゼリー	 コッペパン いちごジャム ポークビーンズ げんきサラダ
1つ1つ 手作り!! 10  ごはん 豆腐のまさご揚げ キャベツの青菜和え もずくのみそ汁	11  クロワッサン フレンチサラダ ベーコンと野菜の スープ ヨーグルト	12  カレーライス ビーンズサラダ	13  ごはん こいわしの梅の香揚げ ゆでキャベツ なすのみそ汁	14  ごはん 呉の肉じゃが ごまじゃこサラダ
17  ごはん やさいふりかけ 五目大豆 切干大根の酢の物	18  たまごドーナツ 青しそ風味の スパゲッティ コーンサラダ	19  チキンライス コーンスープ 因島じゃがいもの 粉ふき芋	20  ごはん 鯖のみそ焼き ごま和え パチ汁	21  パインパン かみかみサラダ ミネストローネ
24  ごはん チンジャオロース 春雨スープ	25  小型黒糖パン 焼きビーフン 中華サラダ 因島の ゆでとうもろこし	26  ごはん 魚のピリットジャン ゆでキャベツ 夏野菜のみそ汁	27  こぎつねずし 豆腐のすまし汁 フルーツカクテル	28  ごはん なすと厚揚げの コロコロマーボー ミニ冷麺

小学校2年生が、生産者さんの話を真剣に聞いた後、とうもろこしの皮むぎ、ひげ取り体験をしました！