

7がつ1にち～7がつ5にちのこんだて

\*しいれのつごうで、しょくざいやこんだてはかわることがあります。

1日						
(げつ)	ごはん	まーぼーなす	やさいのちゅうかだれ	ちゅうかふうコーンすーぷ	ぎゅうにゅう	
2日						
(か)	はっしゅどぼーくらいす	ゆかりあえ	たまごすーぷ	くだもの(れいとうみかん)	ぎゅうにゅう	
3日						
(すい)	ぶどうばん	たんどりーちきん	まっしゅぼてと	ぼばいさらだ	みねすとろーねすーぷ	ぎゅうにゅう
4日						
(もく)	さげずし	とうがんのそぼろみだれ	すましじる(とうふ、ほうれんそう)	くろごまみるくゼリー	ぎゅうにゅう	
5日						
(きん)	きつねうどん	やさいのごますあえ	ふるーつぼんち	ぎゅうにゅう		

7がつ8にち～7がつ12にちのこんだて

\*しいれのつごうで、しょくざいやこんだてはかわることがあります。

8日						
(げつ)	なつやさいかれーらいす	こまつなさらだ	くだもの(めろん)	ぎゅうにゅう		
9日						
(か)	ごはん	さかなのたつたあげ	ごまあえぞえ	きりぼしだいこんのもの	みそしる(かぼちゃ、たまねぎ)	ぎゅうにゅう
10日						
(すい)	なんびぎ	おにおんどれっしんぐさらだ	かくざりやさいのすーぷ	ぎゅうにゅう		
11日						
(もく)	ごはん	はっっぽうさい	ぼてとさらだ	ちゅうかすーぷ	ぎゅうにゅう	
12日						
(きん)	ごまだれひやしちゅうか	つなじゃが	あろえよーぐると	ぎゅうにゅう		

7がつ15にち～7がつ19にちのこんだて

\*しいれのつごうで、しょくざいやこんだてはかわることがあります。

15日						
(げつ)						
16日						
(か)	ごはん	ぶたにくのすたまなやき	うめどれっしんぐさらだ	みそしる(なまあげ、あおな)	ぎゅうにゅう	
17日						
(すい)	はいがばん	ますのくりーおそーす	にんじんぐらっせ	かいそうさらだ	やさいのかれーすーぷ	ぎゅうにゅう
18日						
(もく)	きむちャーはん	なむる	ごもくとうにゅうすーぷ	くだもの(こだますいか)	ぎゅうにゅう	
19日						
(きん)						