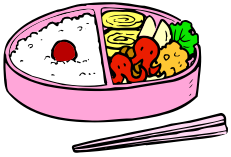


9 月分

もくしゅう

すききらい たべよう
好き嫌いなく食べよう



月 (げつ)	火 (か)	水 (すい)	木 (もく)	金 (きん)
				1 日 豚キムチ丼 だいずとわかめの サラダ ミニトマト
4 日 麦ごはん 牛乳 とり肉と豆の ごまそあえ 小松菜ののりあえ きのこ汁	5 日 麦ごはん 牛乳 チンジャオロース 肉パオズ うずら卵のスープ	6 日 スパゲッティ ミートソース 牛乳 ハム入りサラダ	7 日 揚げパン 牛乳 野菜スープ ツナコーンサラダ チーズ	8 日 麦ごはん 牛乳 大豆の磯煮 小松菜とえのきの あえもの 鮭ふりかけ
11 日 麦ごはん 牛乳 ハンバーグ和風 きのこソースかけ キムチ漬け けんちん汁	12 日 コッペパン 牛乳 とり肉のソース煮 キャベツサラダ 野菜スープ ヨーグルト	13 日  お弁当の日	14 日 麦ごはん 牛乳 すき焼き煮 にらとえのきの サラダ 豆みそ	15 日 麦ごはん 牛乳 なすの肉みそあえ 切り干し大根の あえもの さつま汁
18 日  敬老の日	19 日 麦ごはん 牛乳 生揚げの肉みそ煮 小松菜ともやしの おひたし ひじきつくだ煮	20 日 コッペパン 牛乳 秋鮭のチーズマヨネ ーズ焼き 野菜サラダ ミネストローネスープ	21 日  お弁当の日	22 日 きりこぶごはん 厚焼き卵 野菜のごまあえ じゃがいものみそ汁
25 日 麦ごはん 牛乳 ジャジャン豆腐 エビシュウマイ 春雨のごま酢あえ	26 日 麦ごはん 牛乳 納豆 野菜ののりあえ みそ汁 なし	27 日 からしみそタンメン 牛乳 大学かぼちゃ 切り干し大根の あえもの	28 日 黒糖パン 牛乳 マカロニのカレー煮 ツナサラダ	29 日 麦ごはん 牛乳 さんまのかば焼き きのこ入りおひたし さつまいものみそ汁