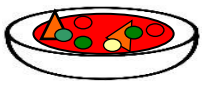
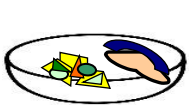
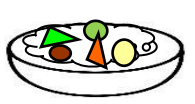
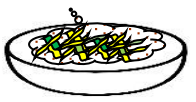
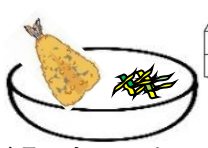
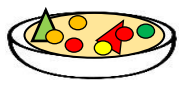
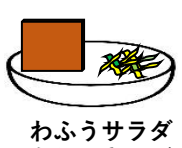
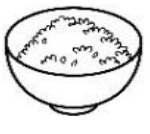
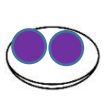
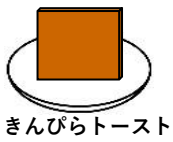
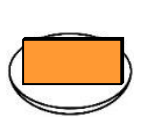
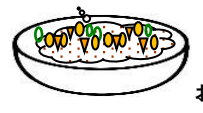
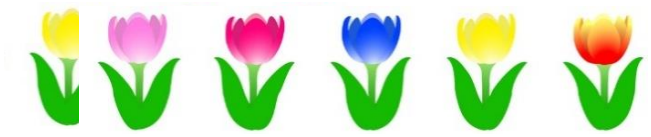
# 9月もりつけ

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | 9 ／ 1 （ 木 ） | 9 ／ 2 （ 金 ） |
| | | | <br>おたのしみデザート<br> <br>なつやさいのカレーライス<br> <br>フレンチサラダ | <br>コーンサラダ<br> <br> <br>きなこあげパン<br>  <br>ポークビーンズ |
| 9 ／ 5 （ 月 ） | 9 ／ 6 （ 火 ） | 9 ／ 7 （ 水 ） | 9 ／ 8 （ 木 ） | 9 ／ 9 （ 金 ） |
| <br>のりポテト<br> <br> <br>ごもくあんかけやきそば<br> <br>きゅうりとキャベツのしらすあえ |  <br>いそふうみいためさばのねぎソースがけ<br> <br>ごはん<br> <br>かぶとあぶらあげのみそしる | <br>きゅうりのなんばんづけふうサラダ<br> <br>スタミナぶたどん<br> <br>わかめとチンゲンサイのスープ |  <br>やさいのうまに<br> <br>ごはん<br> <br>だいこんのみそしる | <br>しらたまポンチ<br> <br>  <br>きっかごはん<br> <br>とんじる |
| 9 ／ 1 2 （ 月 ） | 9 ／ 1 3 （ 火 ） | 9 ／ 1 4 （ 水 ） | 9 ／ 1 5 （ 木 ） | 9 ／ 1 6 （ 金 ） |
| <br>おたのしみデザート<br>  <br>シイラのカレーパンこやききゅうりのマリネ<br> <br> <br>ごはん<br> <br>かぶのスープ | <br>だいこんとキャベツのサラダがね<br> <br> <br>ごはん<br> <br>すましじる | <br>ごまドレッシングサラダ<br> <br> <br>キムチチャーハン<br> <br>とうふのちゅかスープ | <br>グレープゼリー<br> <br>じゃがいもきんぴら<br> <br>ごもくおこわ<br> <br>もずくととうふのあんかけじる | <br>マカロニサラダ<br> <br> <br>パインパン<br>  <br>かぼちゃのポタージュ |
| 9 ／ 1 9 （ 月 ） | 9 ／ 2 0 （ 火 ） | 9 ／ 2 1 （ 水 ） | 9 ／ 2 2 （ 木 ） | 9 ／ 2 3 （ 金 ） |
| | <br>きゅうりとキャベツのそくせきづけふうサラダ<br>ししゃものにしょくあげ<br> <br>ごはん<br> <br>ごじる | <br>さっぱりサラダスパニッシュオムレツ<br> <br>ぶどうパン<br> <br>ABCマカロニスープ | <br>ごまごまサラダ<br> <br>わかめごはん<br> <br>にくじゃが | |
| 9 ／ 2 6 （ 月 ） | 9 ／ 2 7 （ 火 ） | 9 ／ 2 8 （ 水 ） | 9 ／ 2 9 （ 木 ） | 9 ／ 3 0 （ 金 ） |
|  <br>わふうサラダあじのさんがやき<br> <br> <br>ごはん<br> <br>なまあげのみそしる | <br>すぶた<br> <br>  <br>ごはん<br> <br>とうがんのチゲスープ |  <br>おたのしみくだもの<br> <br>  <br>きんぴらトースト<br> <br>とうにゅうのクリームスープ |  <br>アップルパイかもしれない<br> <br> <br>きのこスパゲティー<br> <br>さっぱりコールスローサラダ | <br>パリパリサラダ<br> <br>  <br>ガーリックピラフ<br> <br>おまめいりスープ |

ひなまつりメニュー
ふくふくまめ
おひたしいため
ちらしずし
みそしる
いそあえ
しんね
青菜のごまあえいた
ほねぶとバーグ
ちんげんさいと
たけのこのスープ
おんがくかいコラボメニュー
5ねんせい
いいは
えだまめごはん
ごしきサラダ
かりかりだいこ
こつあん
そぼろごはん
なまあげとはくさい
おたのしみ
くだもの
にくみそそば
むぎごはん
ごはん
こぶのつくだに
BOOKメニュー
ミルイパン
まんげつマフィン
ゼリー
げんまいごはん
ちんげんさいと
たけのこのスープ
バターカレー
うんどうかいぜんじゅおうえんメニュー
ちさんちしょうメニュー
トーストパン
しょうわ
（スープ）
ココアあげパン
にくじゃが
はくさいとわかい
のみそしる
おたのしみくだもの
じゃがいものそぼろあんかけ
ふりかえきゅうじつ
パン
おたのしみデザート
ちゃんぽんめん
ヤベツの
ゲティー
ベーコンと
アスパラガスの
ピラフ
夏休みのお約束
○規則正しい生活をして３食しっかり食事をとり
○食事の前には石けんを使ってきれいに手洗いを
○おやつなどはだらだら食べや食べすぎに気を
○水分はのどがかわいてからではなく、のどの
ジュースなど飲みすぎには気をつけましょう。
夏休みも元気に過ごしましょう。
しょくいくすいしん
おかしのきゅうしょく
ベーコンと
アスパラガスの
ピラフ
秋分の日



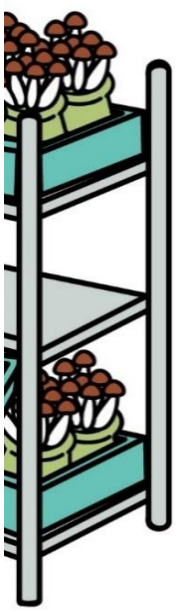
**チ** はるキャペツの
**ダ** チャーハン

**ふわっとたまご**
**スープ**

**りましょう。**

**をしましょう。**

**つけましょう。**

**かわく前(まえ)にとりましょう。**

**しょくのやくそくをまもり、**
**びやかたづけをじょうずにしよう。**