





























9月 もいっけ表

月	火	水	木	金	
 <p>○食生活の見直しをしよう○ 2学期が始まりました！ 朝食をしっかりと、 食生活のリズムを整えましょう。</p> 					
<p>4日</p> <p>ピビンバ</p> <p>ごはん</p> <p>みそキムチスープ</p> <p>(ごま・たれ) 野菜肉</p>  	<p>5日</p> <p>こぎつねごはん</p> <p>かき玉汁</p> <p>(たれ) かんぴょうのあえ物 ソフトカレイの竜田揚げ</p>  	<p>6日</p> <p>2色揚げパン</p> <p>きなこ</p> <p>ココア</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>ワンタンスープ</p>  	<p>7日</p> <p>筑前煮</p> <p>ごはん</p> <p>(アーモンド・たれ) アーモンドあえ</p> <p>さばの七味焼き</p>  	<p>8日</p> <p>カレーライス</p> <p>福神漬</p> <p>麦ごはん</p> <p>ルウ</p> <p>(じゃこ・ドレッシング) 青菜とじゃこのサラダ</p>  	
<p>11日</p> <p>中華丼</p> <p>ごはん</p> <p>具</p> <p>(たれ) ナムル</p> <p>手作りしゅうまい</p>  	<p>12日</p> <p>こどもパン</p> <p>ごほうろ餅</p> <p>フレッシュサラダ</p> <p>甘辛チキン竜田</p> <p>チーズ</p> <p>ミネストローネ</p>  	<p>13日</p> <p>キャロットライス</p> <p>ごはん</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>いかのフリッター</p> <p>(マリアナソース)</p> <p>チンゲンサイのスープ</p>  	<p>14日</p> <p>みそラーメン</p> <p>ごはん</p> <p>小松菜のソテー</p> <p>ポテトのチーズ焼き</p>  	<p>15日</p> <p>ひじきごはん</p> <p>のっぺい汁</p> <p>(くるみ・たれ) くるみあえ</p> <p>ぶた肉の生姜焼き</p>  	
<p>18日</p> <p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">敬老の日</p>	<p>19日</p> <p>みそだれ</p> <p>みそカツ</p> <p>ごはん</p> <p>田舎汁</p> <p>(だしじょうゆ) おひたし</p> <p>豚カツ</p>  	<p>20日</p> <p>ピザトースト</p> <p>ごはん</p> <p>(アーモンド・じゃこ・ドレッシング) パリパリサラダ</p> <p>じゃが芋のコンソメスープ煮</p>  	<p>21日</p> <p>ごはん</p> <p>(のり・だしじょうゆ) 磯香あえ</p> <p>さんまのかば焼き</p> <p>みそけんちん汁</p>  	<p>22日</p> <p>なすのキーマカレー</p> <p>パセリライス</p> <p>ルー</p> <p>(ツナ・ドレッシング) ビーンズサラダ</p>  	
<p>25日</p> <p>わかめごはん</p> <p>ごはん</p> <p>鶏肉のから揚げ [3こ]</p> <p>みそ汁</p> <p>(ごま・たれ) ごま酢あえ</p>  	<p>26日</p> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">新人体育大会 3時間授業</p>		<p>27日</p> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">新人体育大会 3時間授業</p>		<p>28日</p> <p>ハヤシライス</p> <p>麦ごはん</p> <p>ルウ</p> <p>(卵・ドレッシング) ミモザサラダ</p>  
				<p>29日</p> <p>ごはん</p> <p>磯煮</p> <p>(たれ) 切り干し大根のあえ物</p> <p>鮭の紅葉焼き</p>  