

# 9がつ こんだて

日	曜日	こんだてめい
3	金	タコライス 牛乳 もずくスープ ぶどうゼリー
6	月	ごはん 牛乳 回鍋肉 野菜とじゃこの黒酢あえ 巨峰 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">黒(9、6)の日</span>
7	火	ごはん 牛乳 ゴーヤーチャンフルー 冬瓜のスープ
8	水	セサミトースト 牛乳 鶏肉のトマトソース煮 フレンチサラダ <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">重陽の節句</span>
9	木	じゃこと青のりのごはん 牛乳 肉じゃがのうま煮 菊花おひたし 冷凍いんご
10	金	麦入りごはん 牛乳 魚の梅みそマヨネーズ焼き たたきごぼう なべしぎ
13	月	枝豆じゃこ炒飯 牛乳 酸辣湯 フルーツポンチ
14	火	スパゲッティ地中海ソース 牛乳 ジャーマンポテト イタリアンサラダ
15	水	麦入りごはん 牛乳 唐揚げ梨ソースかけ 大根とひじきのサラダ すまし汁
16	木	黒砂糖パン 牛乳 鮭のグラタン ベーコンと野菜のスープ
17	金	麦入りごはん 牛乳 魚の七味焼き じゃこ入りおひたし せんべい汁 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">十五夜</span>
21	火	みそ煮込みうどん 牛乳 たこぺったん 月見団子
22	水	チンジャオロース丼 牛乳 もやしのコチュジャンかけ たまごスープ
24	金	シナモントースト 牛乳 さつま芋シチュー キャベツサラダ <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">きゅうしよくしつ 給食室が ひろ 広くなります！</span>
27	月	ドライカレー 牛乳 フルーツヨーグルト
28	火	南蛮うどん 牛乳 野菜のおかかかけ おはぎ
29	水	ビスキュイパン 牛乳 ビーンズシチュー 海藻サラダ
30	木	秋の香りごはん 牛乳 魚の照り焼き カリカリ油揚げ入りおひたし みそ汁

ひとくち  
メモ

こんげつ もくひょう た もの し  
今月の目標 いろいろな食べ物について知ろう

ちやうじゆくに にほん にほんしよく つか る もの し  
長寿の国、日本。日本食によく使われている食べ物のよさを知りましょう