

長い夏休みもあっという間に終わり、2学期が始まります。睡眠時間をしっかりと確保する、バランスのよい食事を心がける、適度に体を動かすなどして、病気に負けない体を作りましょう。



5(火)

カレーライス
コーンスープ
ぎゅうにゅう
ぶどうゼリー

6(水)

ちゅうかぱりぱりめん
ちゅうかスープ
ぎゅうにゅう
レモンムース

7(木)

ロールパン
チリコンカン
やさいスープ
ぎゅうにゅう

8(金)

ツナそぼろどん
ぶたじる
ぎゅうにゅう
ももゼリー

11(月)

ロールパン
とりにくの
ケチャップに
だいこんのスープ
ぎゅうにゅう

12(火)

ごはん
プルコギ
トックスープ
ぎゅうにゅう

13(水)

スパゲティボンゴレ
ポテトサラダ
ぎゅうにゅう
ももタルト
(ももゼリー)

14(木)

たかなチャーハン
なまあげのみそしる
ぎゅうにゅう
ミックスフルーツかん

15(金)

ごはん
とりにくと
とうがんのにも
ホタテのすましじる
ぎゅうにゅう
さつまいもとくりの
タルト

18(月)

けいろうひ
敬老の日



19(火)

ごはん
マーボードウフ
ワンタンスープ
ぎゅうにゅう
あんにんどうふ

20(水)

サンドパン
とりにくの
ガーリックやき
マッシュポテト
ミネストローネ
りんごジャム
ぎゅうにゅう

21(木)

ぎゅうどん
あきやさいのみそしる
ぎゅうにゅう
ももゼリー

22(金)

なすいりミート
スパゲティ
キャベツスープ
ぎゅうにゅう
クレープ

25(月)

ごはん
ゆかりふりかけ
かわりいりどり
あおさのみそしる
ぎゅうにゅう

26(火)

チキンライス
レタススープ
ぎゅうにゅう
ヨーグルト

27(水)

きなこあげパン
ポトフ
ぎゅうにゅう
バナナ

28(木)

きのこスパゲティ
トマトスープ
ぎゅうにゅう
やさいゼリー

29(金)



じゅうごやこんだて

★十五夜献立★

ごはん
ぶたのしょうがやき
ゆでキャベツ
なめこのみそしる
ぎゅうにゅう
じゅうごやゼリー



きゅうしょく
よていこんだて
かまぐらしえんがっこう

9月