

|   |   |  |  |  |
|---|---|--|--|--|
| <p>2<br/>(月) 始業式</p>  | <p>3<br/>(火)</p>  | <p>4<br/>(水)</p>   | <p>5<br/>(木)</p>   | <p>6<br/>(金)</p>   |
|   | <p>みかんゼリー</p> <p>ハヤシライス</p> <p>かいそうサラダ</p>  | <p>ひよつるのすのもの</p> <p>ぎせいどうふ</p> <p>おぎごはん</p> <p>さつまじる</p>                                 | <p>ヨーグルト</p> <p>じゃがいものごまあえ</p> <p>おやこうどん</p> <p>きびなごの<br/>カリカリフライ</p>  | <p>ひじきに</p> <p>チキンみそカツ</p> <p>おぎごはん</p> <p>さわにわん</p>                     |
| <p>9<br/>(月)</p>  | <p>10<br/>(火)</p>   | <p>11<br/>(水)</p>  | <p>12<br/>(木)</p>  | <p>13<br/>(金)</p>  |
| <p>いためビーフン</p> <p>さけのポテトやき</p> <p>おぎごはん</p> <p>あつあげスープ</p>                  | <p>りんごゼリー</p> <p>なすとミンチのカレー</p> <p>ツナとコーンの<br/>サラダ</p>  | <p>うらかみそぼろ</p> <p>アップル<br/>コンポート</p> <p>ごとうさんさいの<br/>あつやきたまご</p> <p>おぎごはん</p> <p>ヒカド</p> | <p>コールスローサラダ</p> <p>ハンバーグ</p> <p>パーカーハウスパン</p> <p>ミネストローネ</p>  | <p>ローストポテト</p> <p>きよぼう</p> <p>ごはん</p> <p>ほうれんそうの<br/>クリームに</p>           |
| <p>16<br/>(月) 敬老の日</p>  | <p>17<br/>(火) じゅうごや<br/>こんだて</p>  | <p>18<br/>(水)</p>  | <p>19<br/>(木) 食育の日</p>   | <p>20<br/>(金)</p>  |
|   | <p>くきわかめのきんぴら</p> <p>じゅうごや<br/>だんご</p> <p>さけのおうごんやき</p> <p>ごはん</p> <p>さといもとこんさいの<br/>おすすめのもの</p>  | <p>なし</p> <p>さつまいものじゃこサラダ</p> <p>さんしょくそぼろどん<br/>(きざみのり)</p> <p>つみれじる</p>                 | <p>マールカオ</p> <p>さらうどん</p> <p>ゆてぼし<br/>だいこんのナムル</p>   | <p>ジャーマンポテト</p> <p>さかなのバーベキューソース</p> <p>ごはん</p> <p>とりにくと<br/>やさいのフォー</p> |
| <p>23<br/>(月) 振替休日</p>  | <p>24<br/>(火)</p>   | <p>25<br/>(水) 世界の料理<br/>韓国</p>   | <p>26<br/>(木)</p>  | <p>27<br/>(金)</p>  |
|   | <p>ピーマンのおかかあえ</p> <p>さんまみぞれに</p> <p>おぎごはん</p> <p>にくじゃが</p>  | <p>バナナ</p> <p>ピビンバ</p> <p>わかめスープ</p>   | <p>ブロッコリーのサラダ</p> <p>スパニッシュオムレツ</p> <p>くろざとうパン</p> <p>コーンスープ</p>   | <p>こおりどうふのあげに</p> <p>おぎごはん</p> <p>かきたまじる</p>                             |
| <p>30<br/>(月)</p>   | <p>9月の目標 良い姿勢で食べよう</p>  |  | <p>◎19日は食育の日</p>   |  |
| <p>きゅうりのすのもの</p> <p>あげどうふのとりみそかけ</p> <p>おぎごはん</p> <p>ひらどあごだし<br/>ちゃんこなべ</p> | <p>◎良い姿勢とは</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 体と机の間はこぶ一つ分くらい開けます。</li> <li><input type="checkbox"/> 背中を真っすぐにします。</li> <li><input type="checkbox"/> 足はそろえて、床につけます。</li> </ul> |  | <p>◎19日は食育の日</p> <p>血うどん・・・中華料理の影響を受けた「ちゃんぼん」と並ぶ長崎の郷土料理です。「ちゃんぼん」を考案した四海楼の店主が汁なしちゃんぼんとして作ったものが始まりです。</p> <p>◎29日は十五夜</p> <p>里芋、月見団子・・・縁側や窓辺などの月が見える場所に祭壇を作って、団子やその年でとれた初物、すき、里芋を供えます。月見団子はまん丸のものが一般的ですが、ひょうたん型の団子を供えるも地域もあります。</p> |  |