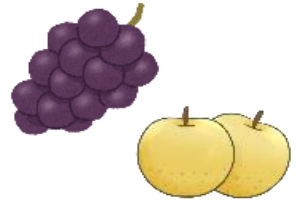


9月もいつけ表



	1日 (火) はるまき きゅうりのなんばんづけ 白ごはん じゃじゃんどうふ	2日 (水) サケフライ えどっこに 白ごはん さわにわん	3日 (木) ミートオムレツ マセドアンサラダ 白ごはん ほうれんそうのスープ	4日 (金) かぼちゃと なすのそぼろに わかめごはん かきたまじる
7日 (月) シュウマイ チャブチエ 白ごはん とうがんのスープ	8日 (火) れいとうパイ ドライカレー ポテトスープ	9日 (水) メンチカツ やさしいサラダ 白ごはん キャベツのみそしる	10日 (木) とりくとやさしい あまずいため 白ごはん にくいり ワンタンスープ	11日 (金) きょうほう とりそぼろごはん みそけんちんじる
14日 (月) ししゃものてんぷら キャベツとコーンのサラダ 白ごはん にくじゃが	15日 (火) ごぼうサラダ ヨーグルト バターロール やきそば	16日 (水) さばのしょうがに ほうれんそうのごまあえ 白ごはん みそしる	17日 (木) マーボーなす トマト 白ごはん たまごとおなの ちゅうかスープ	18日 (金) ココアワッフル ビビンバ わかめスープ
21日 (月) 敬老の日	22日 (火) 秋分の日	23日 (水) とりとくろのハーベキューソース ジャーマンポテト 白ごはん やさいスープ	24日 (木) かがなし ぎゅうどん 4しゆのおまめの サラダ	25日 (金) ココアワッフル ちゅうかライス ひじきのナムル
28日 (月) さんまのかばやき こまつなともやしのごまあえ 白ごはん とんじる	29日 (火) たまごこまつなの いためもの 白ごはん にくうどん	30日 (水) チキンカレー ふくじんづけ かいそうサラダ	姿勢をよくして食べよう!	