



9がつのこんだて



れいわがんねん おおいずみひがししょうがっこう

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
2 とりにくとまめの カレーライス  MILK やさいのしおごま くだもの 	3 そうめんじる  MILK かんぴょうごはん さほのすだちやき やさいのごまあえ とうにゅうきなこプリン 	4 ニラみそスープ  MILK さんしょくごはん かふだいこん 	5 ちゅうかサラダ トマト  MILK ジャーチャーめん 	6 カレーシチュー  MILK ぶどうパン キャベツともやし のごまず 
9 サンラータン  MILK こんぶごはん チーズとツナのあげ ギョウザ くだもの 	10 コーンやさい チャウダー  MILK ごはん わふうハンバーグきの こソース だいこん サラダ 	11 コーンとひきに くのスープ  MILK ひきにくピザトースト サンド グリーンサラダ 	12 やさいの すましじる  MILK ごもくずし おかかあえ てづくりおいおい デザート 	13 はごろも すましじる  MILK ごはん ひじきいりたまごやき くきわかめのおひたし あずきつきみだんご 
16 敬老の日 	17 みぞしる  MILK ごはん のりのつくだに さんまのねぎみそやき こまつなとキャベツの おひたし 	18 ぶたじる  MILK とりみそそぼろごはん まめいりおひたし ぶどうジュースゼリー 	19 カレーポーク ビーンズ  MILK フレーントースト いちじくのジャム こうはくサラダ 	20 よしのじる  MILK くらごまごはん あげとうふのやさいあ んかけ きなこだんご 
23 秋分の日 	24 とうふとわかめ のみぞしる  MILK ごはん さんまのかぼやき だいこんときゅうりの わふうサラダ 	25 コールスロー サラダ  MILK スパゲティーだいずいり ミートソース コールスローサラダ みかんジュースゼリー 	26 わかめスープ  MILK ちゅうかどん くだもの 	27 とりにくの ポトフ  MILK ハムコーンピラフ まめいりサラダ 
30 フルーツポンチ  MILK ごはん マーボーとうふ ツナドレッシングサラダ 				