


















9がつのこんだて

れいわ3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
		1 フルーツポンチ   カレーライス ふくじんづけ 	2 ぶたじる   そぼろごはん キャロットゼリー  	3 チキン カレーポトフ   コーンピラフ シーザーサラダ トマト 
6 とりわかめ スープ   やさいのおおい ちゅうかどん 	7 そうめん じる   かんぴょうごはん さぼのすだちやき トマト 	8 サンラータン   こんぶごはん チーズツナあげぎょうざ 	9 すましじる   きっかいりたまごずし さかなのあまみそやき だいこんこまつなの きくあまずあえ 	10 コールスロー サラダ   スパゲティだいずミー トソース ミカンジュースゼリー  
13 カレーポーク ビーンズ   フレーントースト いちじくのジャム こうはくサラダ 	14 とうふとわかめ のみそじる   ごはん さんまのかばやきふう わふうサラダ 	15 キャベツコーン サラダ   キャロットライス チリコンカン 	16 さつまじる   ごはん さけのてりやきあんかけ ゆでやさいのあまず 	17 かくぎりやさい スープ   ぶたにくしょうがごはん わふうサラダ みかんジンジャーゼリー  
20 けいろうのひ 敬老の日 	21 とうふととうがん のすましじる   ひつまとりごはん ごまあえ つきみあんだんご  	22 じゃがいもと わかめのみそじる   たくわんごはん わかさぎのたつたあげ こまつなもやし いぞかあえ 	23 しゅうぶんのひ 秋分の日 	24 だいずの クリームスープ   ミートピラフ キャベツコーンもやし サラダ 
27 はごろも すましじる   ごもくずし てづくりおいおいデザート  	28 しろいんげんまめ のカスレー   じゃこチーズトースト マッシュルーム グリーンサラダ 	29 ワンタンスープ   ぶたにくチャーハン キャベツだいこんサラダ トマト 	30 オニオン ドレッシング サラダ   わふうハヤシライス 	