



9がつ よていこんだて

	こんだて	ざいりょう		
		(あか) ち・にく・ほねのもとになる	(き) ねつやちからのもとになる	(みどり) からだのちょうしをととのえる
1 (日)	スパゲティナポリタン やさいのマリネふう しろぶどうとほうれんそうジュース	ウインナー	スパゲッティ あぶら さとう しろぶどうとほうれんそうジュース	にんじん たまねぎ キャベツ にんにく ピーマン コーン トマト
2 (月)	ぎゅうにゅう こめこのチキンカレー ささみとキャベツのソテー	ぎゅうにゅう とりにく	ごはん こめこ おおむぎ じゃがいも あぶら さとう	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが にんにく
3 (火)	ぎゅうにゅう こがたパン イカいりやきそば うめおかかいため	ぎゅうにゅう ぶたにく いか かつおぶし	こがたパン あぶら さとう	にんじん たまねぎ キャベツ みずな ピーマン うめ りょくとうもやし
4 (水)	ふりかえきゅうじつ			
5 (木)	ぎゅうにゅう ミルクパン ホキのバーベキューソース ウインナーとたまねぎのスープに	ぎゅうにゅう ホキ みそ ウインナー	ミルクパン ごま あぶら じゃがいも さとう かたくりこ	にんじん たまねぎ キャベツ コーン グリーンピース つきこんにゃく
6 (金)	ぎゅうにゅう ごはん にくじゃが こまつなのおかかいため	ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし	ごはん あぶら さとう じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ こまつな グリーンピース
9 (月)	ぎゅうにゅう ごはん かぼちゃのそぼろに たくあんいため	ぎゅうにゅう とりにく こうやとうふ あつあげ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら	にんじん たまねぎ キャベツ いんげん こまつな たくあんづけ
10 (火)	ぎゅうにゅう セルフホットドッグ ハムとみずなのスープ	ぎゅうにゅう ウインナー ハム	コッペパン あぶら じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ みずな コーン
11 (水)	ぎゅうにゅう とりにくにとらのあまからだれどん なすのみそしる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ そらやまみそ	ごはん あぶら さとう かたくりこ	にんじん たまねぎ キャベツ なす にら
12 (木)	ぎゅうにゅう あじつけパン カツオフライキャベツそえ じゃがいもとたまねぎのトマトスープ	ぎゅうにゅう カツオカツ とりにく	あじつけパン あぶら じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ トマト パセリ
13 (金)	ぎゅうにゅう ごはん まーぼーどうふ きりぼしだいこんのちゅうかいため	ぎゅうにゅう もめんとうふ ぶたにく あかみそ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ	にんじん たまねぎ キャベツ にんにく しょうが たけのこ きりぼしだいこん ほししいたけ

きゅうしょくじゃがいもメニューコンテストをかいさいします

こんかいは、「ごはんにあうでしょうぶもん」、「パンにあうでしょうぶもん」、
「あぶらであげました！ぶもん」の3ぶもんあります。

3ぶもんのなかから、じぶんのすきなぶもんをえらんでエントリーします。

かくぶもんのなかからじっさいに、1つずつ12がつのきゅうしょくで
とうじょうします！

みなさんのおうぼをまっています😊

わからないことは、しつもんしてくださいね！



16 (月)	けいろうのひ 				
17 (火)	ぎゅうにゅう とりにくとごぼうのまぜごはん おつきみじる おつきみデザート	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ	ごはん あぶら さとう おつきみゼリー	しらたま にんじん だいこん はくさい こまつな	ぶなしめじ ごぼう えだまめ ほししいたけ
18 (水)	ぎゅうにゅう ごはん とりにくとかうやとうふのにももの しおこんぶいため 	ぎゅうにゅう かうやとうふ とりにく しおこんぶ	ごはん あぶら さとう じゃがいも	にんじん キャベツ つきこんにゃく グリーンピース	たまねぎ ごぼう
19 (木)	ぎゅうにゅう こくさんこむぎパン ポークチャップ やさいのスープに  ポップビーンズ (ココアあじ)	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいず	こくさんこむぎパン あぶら さとう じゃがいも かたくりこ	にんじん たまねぎ キャベツ コーン	
20 (金)	ぎゅうにゅう ごはん さばのこうみに きんぴらごぼう とうがんのみそしる	ぎゅうにゅう さば あぶらあげ そらやまみそ	ごはん あぶら さとう ごま	にんじん キャベツ はねぎ ごぼう つきこんにゃく	いんげん とうがん こまつな
23 (月)	ふりかえきゅうじつ 				
24 (火)	ぎゅうにゅう コッペパン  とりにくとポテトのレモンふうみ ベーコンとやさいのスープ	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	コッペパン あぶら さとう じゃがいも かたくりこ	にんじん キャベツ レモン こまつな	たまねぎ コーン
25 (水)	ぎゅうにゅう そぼろごはん キャベツとしいたけのスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ベーコン	ごはん あぶら さとう ごま	にんじん キャベツ いんげん しょうが ほししいたけ	たまねぎ みずな コーン
26 (木)	ぎゅうにゅう こくとうパン ビーフンとたまごのごもくいため もやしちゅうかスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ たまご	こくとうパン ごま あぶら さとう ビーフン	にんじん キャベツ チンゲンサイ りょくとうもやし	たまねぎ コーン ほししいたけ
27 (金)	ぎゅうにゅう ごはん かぼちゃとなすのにくみそあえ とうふとキャベツのおつゆ	ぎゅうにゅう とりにく あかみそ もめんとうふ	ごはん あぶら さとう	にんじん キャベツ かぼちゃ なす	たまねぎ えだまめ
30 (月)	ぎゅうにゅう ごはん タッカルビ トックスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	ごはん あぶら さとう トック	ごま ごまあぶら にんじん キャベツ しょうが はくさいキムチ	たまねぎ にんにく にら

*物資の都合で、献立が変更になる場合があります。



9がつ17にちはじゅうごやです



じゅうごやは、いちねんのなかでいちばんきれいなまんまるのまんげつがみえるひのことです。

まいとし、ひにちがかわります。

じゅうごやのきせつのあきには、おいしいたべものがたくさんしゅうかくされます。

どんなおいしいたべものがしゅうかくされるのか、しらべてみましょう！

