



月	火	水	木	金
	<b>2</b> 小パン・牛乳 ポークビーンズ ツナサラダ ゴーヤチップス	<b>3</b> ごはん・牛乳 なすとピーマンのみそ炒め かぼちゃのかき揚げ 冬瓜のすまし汁	<b>4</b> プチパン・牛乳 スパゲティミートソース フィレオチキン コーンサラダ・冷凍みかん	<b>5</b> 夏野菜カレー・牛乳 (麦ごはん) 大豆とかえりの揚げ煮 手作り福神漬け
				
<b>8</b> 梅ごはん・牛乳 キビナゴごまフライ 小松菜のおひたし いもっこ汁・月見だんご	<b>9</b> 小パン・牛乳 たまごチーズサラダ キャベツのスープ煮 ぶどう	<b>10</b> 手巻きずし・牛乳 (サバでんぶ・ごまたくあん) (チキンソーセージ・手巻きのり) えのきのすまし汁	<b>11</b> 小パン・牛乳 ホキのマリネ かぼちゃシチュー みかんジュース	<b>12</b> ごはん・牛乳 いり豆腐 ひじき豆煮 きゅうりのごま酢和え
				
<b>15</b> 敬老の日	<b>16</b> 小パン・牛乳 ビーフコロッセ マカロニサラダ 夏野菜スープ・なし	<b>17</b> カレーピラフ・牛乳 プレーンオムレツ みかんサラダ クリームスープ	<b>18</b> ごまパン・牛乳 とうふの中華煮 ビーフンサラダ とうもろこし	<b>19</b> 萩ごはん・牛乳 アジの塩焼き キャベツの酢の物 呉汁(ごじる)・ももゼリー
				
<b>22</b> ごはん・牛乳 揚げサバのトマトソース ごぼうのごま酢和え なすのみそ汁	<b>23</b> 秋分の日	<b>24</b> ごはん・牛乳 とうふハンバーグの和風あん ちぐさ和え かきたま汁・ミニトマト	<b>25</b> ごはん・牛乳 中華煮 蒸ししゅうまい フルーツヨーグルト	<b>26</b> ごはん・牛乳 チキンカツのごまみそ きゅうりの酢の物 ゆばのすまし汁
				
<b>29</b> ごはん・牛乳 サンマの塩焼き 大根なます さつまいものみそ汁	<b>30</b> 小パン・牛乳 カレーうどん 香草入りウインナー ほうれん草のアーモンド和え・なし			