

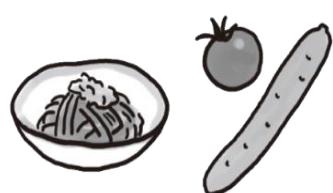
8・9月はいぜんひょう



月	火	水	木	金
26	27	28	29	30
<p>2学期が はじまるよ~</p>	イタリアンサラダ キャラメルペースト こがたコッペパン あいナスナポリタン	わふうサラダ むぎいりわかめごはん じゃがいものそぼろに	かぼちゃひき肉フライ ごはん やさいいため	キムタクごはん トマトスープ
2	3	4	5	6
さんまのおかか ごはん ちくぜんに	ボイルやさい フィレオフィッシュ タルタルソース きりめつきまるパン コンソメスープ	れいとうみかん そぼろごはん さつまいものみそじる	マーボーれんこん ごはん わかめスープ	ごまあえ ごはん じゃがいものいそに
9	10	11	12	13
すだちすあえ ごはん とり肉とあつあげのみそに	ごぼうサラダ にんじんパン とうふとえびのチリソースに	さわらのすだちしょうゆかけ ごはん きんぴらごぼう	わふうハンバーグ おつきみゼリー むぎいりカレーライス かいそうサラダ	ごはん こもちとこまつなのスープ
16	17	18	19	20
<p>敬老の日</p>	しゅうまい2こ こがたこくとうパン ジャージャーめん	あつやきたまご ごはん ひじきとだいずのもの	さんまのかばやき ごはん ぶしめんじる	むぎいりハヤシライス フルーツミックス
23	24	25	26	27
<p>秋分の日</p>	<p>代休</p>	ちくさあえ ごはん わかどりのあおのりあげ	さばのみそに ひじきのり ごはん きりほしだいこんとじゃがいものいために	チンジャオロース ごはん なめこじる

8月31日は「野菜の白」です!

- 朝ごはんは必ず食べる!
- 主菜に野菜を付け合わせる
- いろいろな種類の野菜を
- 生野菜だけでとらない!



30

むぎ入りチャーハン
ABCスープ