

月	火	水	木	金
<p>新学期</p> 	<p>3 わかめごはん・牛乳 とり肉のさっぱり煮 ゴーヤチップス かぼちゃのみそ汁</p> 	<p>4 ごはん・牛乳 八宝菜 バンバンジーサラダ 冷凍みかん</p> 	<p>5 パン・牛乳 焼きハンバーグ 粉ふきいも もやしのスープ・フルーツ白玉</p> 	<p>6 夏野菜カレーライス (麦ごはん)・牛乳 大豆とかえりの揚げ煮 切り干し大根のハリハリ漬け</p> 
<p>9 ごはん・牛乳 えのきのすまし汁 焼きシシャモ なすとピーマンのみそ炒め</p> 	<p>10 ごはん・牛乳 たまごとし煮 手作りひじきふりかけ とうもろこし</p> 	<p>11 ごはん・牛乳 アジの開きフライ 茎わかめの炒め煮 夏野菜のすまし汁</p> 	<p>12 小パン・牛乳 なす入りスパゲティナポリタン フィレオチキン コーンツナサラダ・みかんジュース</p> 	<p>13 ごはん・牛乳 牛肉と大豆のしぐれ煮 いもっこ汁 みたらしだんご</p> 
<p>16 敬老の日</p> 	<p>17 ごはん・牛乳 ブルコギ 春雨サラダ わかめスープ</p> 	<p>18 マーボーどんぶり・牛乳 (麦ごはん) 蒸しエビしゅうまい もやしのナムル</p> 	<p>19 黒糖パン・牛乳 キャベツのスープ煮 イカのカラフルマリネ なし</p> 	<p>20 萩ごはん・牛乳 アジの塩焼き 小松菜ともやしのごま和え 呉汁・ももゼリー</p> 
<p>23 秋分の日</p> 	<p>24 チキンピラフ・牛乳 プレーンオムレツ 海藻サラダ かぼちゃのクリームスープ</p> 	<p>25 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</p> 	<p>26 パン・牛乳 ぶた肉とパインの揚げ煮 モロヘイヤのたまごスープ ミニトマト・ラフランスジャム</p> 	<p>27 ごはん・牛乳 チンジャオロース 揚げぎょうざ クイッティオのスープ</p> 
<p>30 手巻きずし・牛乳 (ソーセージ・のり) (とりそぼろ・ごまたくあん) タイの潮汁(うしおじる)</p> 	<div style="border: 1px solid red; padding: 10px;"> <p>《9月の地元野菜》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・じゃがいも ・たまねぎ ・なす ・かぼちゃ ・ピーマン ・だいこん ・にんにく ・米 <p>自然の恵みに感謝し、季節の味を おいしくいただきましょう。</p> </div> 			