



月	火	水	木	金
<p>2 ごはん・牛乳 八宝菜（うずら卵は小中のみ） しゅうまい 小松菜ともやしのナムル</p>	<p>3 ごはん・牛乳 ハンバーグ マカロニサラダ 夏野菜スープ</p>	<p>4 ごはん・牛乳 サバのしょうが焼き 五目豆煮 かぼちゃのみそ汁</p>	<p>5 小パン・牛乳 スパゲティナポリタン ゴーヤチップス みかんサラダ・チョコクリーム</p>	<p>6 救給カレー・牛乳 （中学校のみおにぎり付き） ※救給カレーにプラスチック スプーンが付いています</p>
<p>9 チキンライス・牛乳 焼きメンチカツ ごぼうサラダ ポテトスープ・なし</p>	<p>10 ごはん・牛乳 かやくうどん もずくのかき揚げ 小松菜とたくあんのごま和え</p>	<p>11 ごはん・牛乳 そばろ煮 手作りサケふりかけ ピリ辛きゅうり</p>	<p>12 パン・牛乳 キャベツのスープ煮 プレーンオムレツ ラタトゥイユ</p>	<p>13 夏野菜のカレーライス （玄米入りごはん）・牛乳 大豆とかえりの揚げ煮 切り干し大根のはりはり漬け</p>
<p>16 敬老の日</p>	<p>17 ごはん・牛乳 なすとピーマンのみそ炒め いもっこ汁 <small>幼のみ みたらしだんご（小中）・温州みかんゼリー（幼）</small></p>	<p>18 わかめごはん・牛乳 とり肉のさっぱり煮 かぼちゃのかき揚げ ばち汁</p>	<p>19 パン・牛乳 ポークビーンズ たまごチーズサラダ なし</p>	<p>20 萩ごはん・牛乳 アジの塩焼き 小松菜のごま和え じゃがいものみそ汁・冷凍みかん</p>
<p>23 秋分の日</p>	<p>24 ごはん・牛乳 とうふのくず煮 焼きシシャモ キャベツのゆかり和え</p>	<p>25 ガパオライス・牛乳 （ごはん） パインサラダ クイッティオのスープ</p>	<p>26 パン・牛乳 かぼちゃシチュー ハッシュドポテト ハムサラダ</p>	<p>27 ごはん・牛乳 ぶた肉の甘酢あん にんじんしりしり アーサー汁</p>
				<p>8/30 とりごぼうごはん・牛乳 高野豆腐の中華風炒め煮 わかめの酢の物 呉汁</p>
<p>30 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>《今月の地元食材》</p> <ul style="list-style-type: none"> じゃがいも ・たまねぎ ・青ピーマン かぼちゃ ・にんにく ・青ねぎ きゅうり ・玄米 丹波篠山産コシヒカリ（農都のめぐみ米） 			