

月	火	水	木	金
<p>《8・9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 ・ズッキーニ ・米 ・さつまいも 	<p>30 チキンパエリア・牛乳</p> <p>焼きメンチカツ ごぼうサラダ 夏野菜スープ</p> 	<p>31 わかめごはん・牛乳</p> <p>高野豆腐の中華風炒め煮 切り干し大根のサラダ はるさめスープ</p> 	<p>1 パン・牛乳</p> <p>キャベツのスープ煮 ラタトゥイユ とうもろこし・いちごジャム</p> 	<p>2 夏野菜カレー・牛乳</p> <p>(麦ごはん) じゃこ豆 キャベツのアーモンド和え</p> 
<p>5 ごはん・牛乳</p> <p>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>6 ごはん・牛乳</p> <p>たまごとじ煮 なすとピーマンのみそ炒め ピリ辛きゅうり</p> 	<p>7 ごはん・牛乳</p> <p>野菜ナゲット マーボーはるさめ 冬瓜のスープ</p> 	<p>8 プチパン・牛乳</p> <p>スパゲティナポリタン チキンウインナー コーンサラダ・オレンジジュース</p> 	<p>9 ごはん・牛乳</p> <p>牛肉と大豆のしぐれ煮 いもっこ汁 みたらしだんご</p> 
<p>12 チキンライス・牛乳</p> <p>プレーンオムレツ 海そうサラダ かぼちゃのクリームスープ</p> 	<p>13 麦ごはん・牛乳</p> <p>マーボー豆腐 焼きしゅうまい ほうれん草のナムル</p> 	<p>14 ごはん・牛乳</p> <p>サバのねぎソース キャベツのゆかり和え 呉汁(ごじる)・ミニトマト</p> 	<p>15 パン・牛乳</p> <p>スティックドック マカロニサラダ ポテトスープ・冷凍みかん</p> 	<p>16 ごはん・牛乳</p> <p>かやくうどん もずくのかき揚げ ごまたくあん</p> 
<p>19 敬老の日</p> 	<p>20 ごはん・牛乳</p> <p>揚げぶた肉の甘酢あん にんじんしりしり アーサー汁</p> 	<p>21 萩ごはん・牛乳</p> <p>サワラの塩焼き 小松菜のごま和え じゃがいものみそ汁・マスカットゼリー</p> 	<p>22 パン・牛乳</p> <p>スープスパゲティ イカのカラフルマリネ かき</p> 	<p>23 秋分の日</p>  
<p>26 ごはん・牛乳</p> <p>そばろ煮 手作りひじきふりかけ キャベツの香味漬け</p> 	<p>27 ガパオライス・牛乳</p> <p>(ごはん) パインサラダ クイッティオのスープ</p> 	<p>28 ごはん・牛乳</p> <p>サンマの塩焼き 大根なます さつまいものみそ汁</p> 	<p>29 パン・牛乳</p> <p>たまごチーズサラダ ポークビーンズ なし</p> 	<p>30 ごはん・牛乳</p> <p>とうふのくず煮 わかめのかき揚げ 小松菜ともやしのおひたし</p> 