れいわ5ねん 9がつのこんだて

日	曜日	パンごはん	ふりかけなど	のみもの	おおきいおかず	ちいさいおかず		くだものデザート	ひとこと
1	金	まるパン		牛乳	パスタスープ	ツナペースト		なし	旬の食品 **なし**
4	月	はいがごはん		プルーンはっこう乳	ビーフカレー	ごまずあえ			**全学年ごはん多め**
5	火	ごはん		牛乳	みそしる	にざかな	いそかあえ		主食・主菜・副菜について
6	水	むぎごはん	ふりかけ	牛乳	にくじゃが	からししょうゆあえ			**全学年ごはん多め**
7	木	はいがごはん	なっとう【たれ】	牛乳	みそしる	ぶたにくとやさいのしょうがいため			食事中のマナー
8	金	ぶどうパン		牛乳	スパゲティトマトソース	フレンチサラダ【ドレッシング】			黄の食べ物めん
11	月	ごはん		牛乳	すましじる	かつおのごまみそあえ	きゅうりのばいにくあえ		旬の食品 **かつお**
12	火	ごはん		牛乳	にらたまスープ	マーボーなす			**全学年ごはん多め**
13	水	チーズパン		牛乳	やさいのスープに	コロッケ【ソース】		ミックスフルーツ	フルーツはぶどう入り
14	木	はいがごはん		牛乳	さわにわん	ぶたどんのぐ	ぶどうまめ		こんぶの特徴
15	金	ターメリックライス		牛乳	チリコンカーン	かいそうサラダ			自校炊飯
19	火	ごはん		牛乳	ごじる	にんじんごはんのぐ	ちくわのてりに（1人2個）		ちくわの特徴
20	水	はいがパン		牛乳	カレービーンズシチュー	キャベツサラダ		冷凍パインアップル	はいがの特徴
21	木	ごはん		牛乳	かきたまじる	はまなちゃんあまみそやさいいため			
22	金	むぎごはん		牛乳	みそしる	えいようまんてんどんのぐ	きびなごフライ（重さでくばる）		しらたきの栄養
25	月	くろパン		牛乳	こめこシチュー	コーンサラダ【ドレッシング】		ももジュレ	旬の食品 **桃**
26	火	はいがごはん		牛乳	はるさめスープ	ビビンバ【にく】【やさい】			**全学年ごはん多め**
27	水	むぎごはん		牛乳	さつまじる	いわしのかばやき（1人2枚）	そくせきづけ		旬の食品 **さつまいも**
28	木	むぎごはん		牛乳	つきみじる	にくそぼろ	ごまじょうゆあえ		9/29は十五夜
29	金	ロールパン		牛乳	クリームスープ	あじフライ【ソース】	こふきいも		小麦粉の特徴

☆給食目標：身の回りをきれいにして食事をしよう。

☆今月のはま菜ちゃん → なす・さつまいも