

9月わくわく献立表

今月の旬の食べ物

さといも かぼちゃ えだまめ
きのこ なす ぶどう なし

今月の目標

ただ はいぜん
正しく配膳しよう！

		1（水） やきざかな ごまあえ かきたまじる	2（木） はるまき やさしいため わかめスープ	3（金） じゃがぶたキムチ すのもの レタススープ
6（月） ひやしうどん ハムカツ デザート	7（火） こうやどうふフライ じゃこあえ とりごぼうじる	8（水） カレーライス カラフルサラダ	9（木） あじのうめやき きりぼしだいこんのもの みそけんちんじる	10（金） とりにくのレモンソース ほうれんそうのソテー ポテトスープ
13（月） とりにくのごまふうみやき マロニーのすのもの いものこじる	14（火） ほねくのいそべあげ ごもくきんぴら むらくもじる	15（水） とんかつ おひたし まめまめみそしる	16（木） ビビンバ にくだんごスープ	17（金） たらのこうみあげ ゆかりあえ じゃがもちじる
20（月） けいろうのひ 	21（火） おつきみハンバーグ こぶあえ きみのふるさとみそしる おつきみだいふく	22（水） オムライス マカロニスープ	23（木） しゅうぶんのひ 	24（金） さつまいものてんぷら ひじきのなもの すましじる
27（月） にくどうふ うめおかかあえ みそしる	28（火） サーモンフライ ジャーマンポテト ポパイスープ	29（水） ナン ボロニアステーキ フレンチサラダ キーマカレー	30（木） れいめん あげギョーザ デザート	