



こんげつ

よていこんだてひょう

今月の予定献立表

月	火	水	木	金	
 しぎょうしき 始業式 	2 ぎゅうにゅう 牛乳 やきにくどん 焼肉丼 ちくさあ 千草和え とうふ 豆腐となめこのみそ汁	3 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん まーぼー豆腐 麻婆豆腐 はるさめ 春雨サラダ わかめともやしのスープ	4 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん とうふ 豆腐ハンバーグ ごもく 五目きんぴら みそ汁	5 ぎゅうにゅう 牛乳 こくとう 黒糖パン タンドリーチキン ポテトフライ コールスローサラダ たま 玉ねぎとえのきたけのスープ	6 ぎゅうにゅう 牛乳
ぎゅうにゅう 牛乳  ごはん ぶた 豚のしょうが炒め きっかあ 菊花和え みそ汁 くだもの 果物(冷凍みかん) ちょうようのせつく 重陽の節句	9 ぎゅうにゅう 牛乳 もりおか 盛岡じゃじゃ麺 たまご 卵スープ こくとう 黒糖ミルクプリン いわてけん 岩手県の料理 みらい 未来の100年フード	10 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん シューマイ ちゅうか 中華ポテトサラダ こまつな 小松菜と春雨のスープ	11 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん あかうお 赤魚のねぎみそ焼き じゃが芋の揚げびたし のりあ 海苔和え みそ汁	12 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん デミグラスソースハンバーグ にんじんのグラッセ じゃが芋のスープ	13 ぎゅうにゅう 牛乳
 けいろう 敬老の日 	16 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん とり 鶏の香味焼き こまつな 小松菜のお浸し けんちん汁 まんげつ 満月スイートポテト	17 ぎゅうにゅう 牛乳 ミートソーススパゲティ やさい 野菜のスープ くだもの 果物(なし)	18 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん ぎせい豆腐 擬製豆腐 きゃべつのおかか和え みそ汁 ぶどうゼリー	19 ぎゅうにゅう 牛乳 チャーハン ベーコンと野菜炒め とうふ 豆腐と小松菜のスープ	20 ぎゅうにゅう 牛乳
しゅうぶん ひ 秋分の日 ぶりかえきゅうじつ 振替休日	23 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん なまあげ 生揚げの五目煮 すまし汁 くだもの 果物(なし)	24 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん さばのごまみそ焼き こまつな 小松菜のおかか和え しらたき 白滝とひき肉の炒め煮 みそ汁	25 ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん ポテトコロッケ キャベツとコーンのソテー みそ汁	26 ぎゅうにゅう 牛乳 ピザトースト マカロニサラダ オニオンスープ	27 ぎゅうにゅう 牛乳
ぎゅうにゅう 牛乳 チキンカレーライス てつく 手作り福神漬け きゃべつ のスープ	30 こんげつ 〈今月の目標：食事のマナーを身に付けよう〉 しょくじ 食事の前に「いただきます」や食事の後に「ごちそうさま」と言い、 しょくじ 食材や作ってくれた人に感謝をしましょう。 がつとうか 9月10日に提供する「盛岡じゃじゃ麺」は、文化庁がすすめている「未来の 100年フード」に選ばれています。100年続くように継承していきましょう。				