



月	火	水	木	金
<p>早寝 早起</p>	<b>8/29 季節の果物</b> ボイルキャベツ マスカット(2つぶ) たりやきハンバーグ レタスいり やさいスープ	<b>8/30 季節の料理</b> れいとうみかん やさいのレモンずあえ どんぶりの なすのみそぶたどん ごはん	<b>8/31 ちゅうかサラダ</b> マーボー豆腐 ごはん	<b>9/1 ひじきいりサラダ</b> ハヤシライス ごはん ハヤシルウ
<b>4 季節の果物</b> にくやさいいため ピオーネ (2つぶ) ごはん キムチ スープ	<b>5 キャベツとコーンのサラダ</b> わかどりの こうそうやき ソーイ ブレッド コンソメスープ	<b>6 ぶたにくとだいの                      レモンソースあえ</b> きりぼしだいこん のからしあえ ごはん えのきたけの みそしる	<b>7 さばのピリからやき</b> きゅうりの あまずあえ ごはん なつけんちん	<b>8 ビビンバのぐ</b> れいとうみかん わかめスープ ビビンバ ごはん
<b>11 郷土料理(沖縄県)</b> こんぶのすのもの ごはん とうふチャンプル	<b>12 ドライカレーサンドのぐ</b> ひゅうがなつゼリー かぼちゃの ポタージュ ドライカレーサンド パン	<b>13 いそわかめ                      ふりかけ</b> ちぐさあえ ごはん にくじゃが	<b>14 ちくわのい子べあげ</b> だいずとわかめの すのもの ぶっかけうどん うどん うどんのしる	<b>15 いかのしょうがじょうゆかけ</b> いそに ごはん かぼちゃの みそしる
<b>18 敬老の日</b>	<b>19 季節の料理</b> ブルーベリー ジャム あじのトマトソースかけ パン とうがん スープ	<b>20 地場産物(なす)を使用した料理</b> ちゅうかあえ ネーブル ごはん マーボーなす	<b>21 きびなごフライ</b> きんぴら ごはん なすとあぶらあげ のみそしる	<b>22 さわらのやくみソースかけ</b> こまつなの あえもの ごはん とうふのすましじる
<b>25</b> ヨーグルト かんてんサラダ キーマカレー ごはん カレーのルウ	<b>26 地場産物(なす)を使用した料理</b> なすとじゃがいもの ミートソースやき こごかなの あまからめ パン やさいスープ	<b>27 お月見にちなんで</b> たきあわせ さけのうめみそかけ ごはん つきみかまぼこ いりすましじる	<b>28 じゃがいものサラダ</b> ソフトめんナポリタントソースかけ ソフトめん ナポリタン ソース	<b>29 郷土料理(岡山県)</b> ままかりのすづけ キャベツの だいずあえ げんまいいりごはん さつまいものみそしる

※ 手洗い、身支度をととのえてから準備しましょう。  
 ※ 食器は正しい位置に置き、手に持って食べましょう。