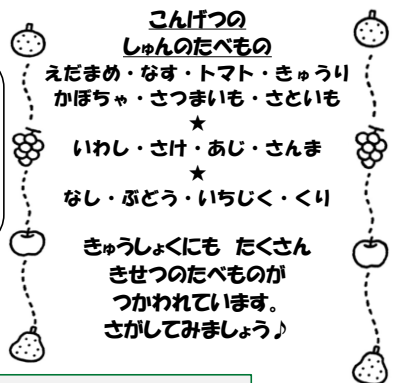


月	火	水	木	金
<p>きょうしゃ はいそう 業者 配達</p> <p>2日: れいとうパイナップル 8日: マンゴープリン 9日: なっとう 15日: ぶどう 16日: ぎふももゼリー 30日: オレンジ</p>	<p>* ぎゅうにゅう</p> <p>* おうちから せいけつな おはしをもってきましょう。</p>	<p>9月15日は十五夜です</p>	<p>1</p> <p>ポテトサラダ (マヨネーズ) ぶたにくの スタミナいため</p> <p>むぎごはん あおさのみそしる</p>	<p>2</p> <p>かいそうサラダ (あおじそドレッシング) いかの オリーブゆやき</p> <p>ソフトめん ミートソース</p>
<p>5</p> <p>きりぼしだいこんの あえもの ししゃもの だいずあげ</p> <p>わかめごはん けんちんじる</p>	<p>6</p> <p>えだまめの しおゆで ぶたにくの うめソースかけ</p> <p>むぎごはん みだくさんみそしる</p>	<p>7</p> <p>なつやさいの とまとに しろみぎかなの チーズやき</p> <p>くろしよくパン マカロニスープ</p>	<p>8</p> <p>マンゴープリン</p> <p>タイふう とりにくの やさいサラダ ナッツがらめ</p> <p>むぎごはん ビーフンいりスープ</p>	<p>9</p> <p>きんぴらごぼう なすの そぼろあんかけ</p> <p>むぎごはん (いたく) しんしゅうみそしる</p> <p>なっとう</p>
<p>12</p> <p>キャベツの かおりあえ さつまいもの てんぷら</p> <p>むぎごはん ぶたどんのぐ</p>	<p>13</p> <p>ひじきとだいずの にももの とりにくの ぐじょうみそやき</p> <p>むぎごはん とろろこんぶじる</p> <p>■ とろろこんぶ</p>	<p>14</p> <p>かぼちゃと まめのサラダ さけの (ごまドレッシング) ハーブやき</p> <p>こめこしよくパン チョコクリーム トマトスープ</p>	<p>15</p> <p>ぶどう</p> <p>あおなの ごまあえ いかとレバーの あげがらめ</p> <p>えだまめごはん つきみじる</p>	<p>16</p> <p>しょういくのひこんだて ぎふももゼリー</p> <p>たまごとし だいずいり ミンチカツ</p> <p>むぎごはん あきなすのみそしる</p>
<p>19</p> <p>けいろうのひ</p>	<p>20</p> <p>さつまいもサラダ (マヨネーズ) チーズオムレツ</p> <p>チキンライス キャベツスープ</p>	<p>21</p> <p>だいこんサラダ (かんきつドレッシング) あじのマリネ</p> <p>しよくパン にんじん クリームスープ</p>	<p>22</p> <p>しゅうぶんのひ</p>	<p>23</p> <p>フルーツ アンニン やきギョーザ</p> <p>こがたパン やきそば</p>
<p>26</p> <p>ぼうさいのひたいけんメニュー</p> <p>ドライフルーツ</p> <p>ひじきとポテトのサラダ (ごまドレッシング) ツナそぼろ</p> <p>アルファかまいの ごはん かんぶつのみそしる</p>	<p>27</p> <p>こまつなの ポンずあえ さんまのしおやき</p> <p>くりごはん かきたまじる</p>	<p>28</p> <p>パプリカサラダ (クリームドレッシング) ハンバーグ</p> <p>まるパン コーン スライスチーズ クリームスープ</p>	<p>29</p> <p>ちゅうごくのりょうり</p> <p>だいがくいも ちゅうかどのぐ</p> <p>むぎごはん もやしとくだんごのスープ</p>	<p>30</p> <p>オレンジ</p> <p>こんにやくサラダ (あおじそドレッシング) えだまめコロッケ</p> <p>むぎごはん ドライカレー</p>

☆ あさごはんをしっかりとべましょう! ☆

みなさんは、あさごはんを食べていますか？あさごはんをたべると、あたま(のう)にえいようがいき、あたまのはたらきを、よくしてくれます。あさごはんをしっかりとべて、いちにちをげんきにすごせるようにしましょう！



Q おこめクイズ!

・おちゃわんーばい(150グラム)のごはんには、何粒(なんつぶ)のおこめがはいっているでしょうか？
① 150粒 ② 1000粒 ③ 3300粒