



がつ ぶん
9月分こんだてひょう



9月1日～30日まで
20日間

ひ	よう	パン・ごはん	ぎゅうにゅう 牛乳	お か ず	くだもの
1	火	ごはん		にくじゃが やきなすのみそだれかけ あっさりきゅうり	
2	水	おさつパン 		とうにゅうマカロニグラタン (こめこ) トマトスープ なし(にじゅっせいき)	
3	木	ごはん		さごしのしおやき ぶたにくとじゃがいものにももの キャベツのうめふうみ	
4	金	ごはん		とりにくのてりやき みそしる なすのそぼろいため	
7	月	コッペパン マーマレード		とりにくのからあげ とうがんのちゅうかスープ きりぼしだいこんのごまからみづけ	
8	火	ごはん		ぶたにくのあまからやき みそしる オクラのおかかいため	
9	水	こくとうパン 		とりにくとてぼまめのスープ煮 じゃがいもとトマトのチーズやき なし(ほうすい)	
10	木	ごはん		ホイコウロー ちゅうかスープ えだまめ	
11	金	ごはん		さけのしょうゆふうみやき ごもくじる こうやどうふのいりに	
14	月	コッペパン りんごジャム		ぎゅうにくのこうみやき スープに サワーキャベツ	
15	火	ごはん		マーボーなす オクラのあますあえ ツナとチンゲンサイのいためもの	
16	水	1/2こくとうパン 		イタリアンスパゲッティ グリーンアスパラガスとキャベツのサラダ	
17	木	ごはん		チキンカレーライス (こめこ) きゅうりのピクルス ぶどう (きょほう)	
18	金	ごはん		たにんどんぶり たまご とうがんのみそしる きんときまめのにももの	
23	水	こくとうパン 		フランクフルトのケチャップソース スープ やきじゃが	
24	木	ごはん		だいずいりキーマカレーライス (こめこ) キャベツとコーンのサラダ (ノンエッグドレッシング) はくとう (カットかん)	
25	金	1/2こくとうパン 		やきそば きゅうりのしょうがづけ ぶどう (きょほう)	
28	月	ごはん		プルコギ トック もやしのあますあえ	
29	火	ごはん		ひとくちがんもとさといものみそに ぎゅうにくとやさいのいためもの みたらしだんご つきみのぎょうじこんだて	
30	水	しょくパン いちごジャム		あげぎょうざ ちゅうかに うずらたまご れいとうみかん	



・
・
・

あさ
朝に焼いたふわふわのパンです