

献立表

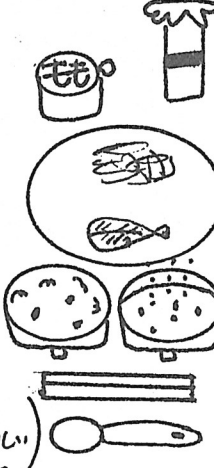
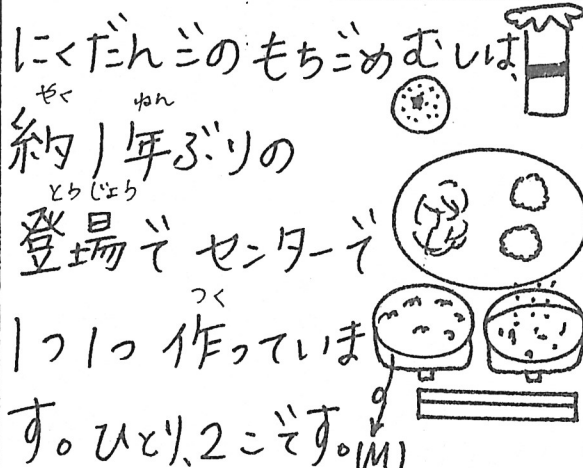
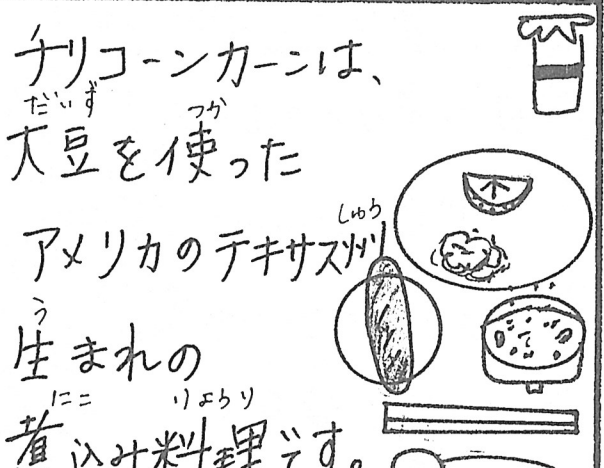
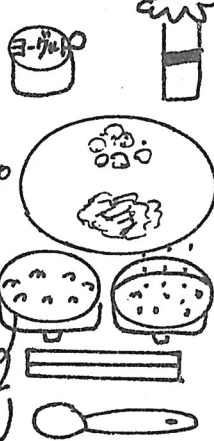
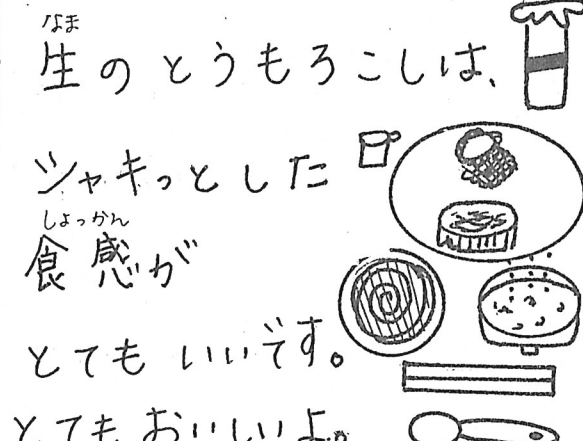
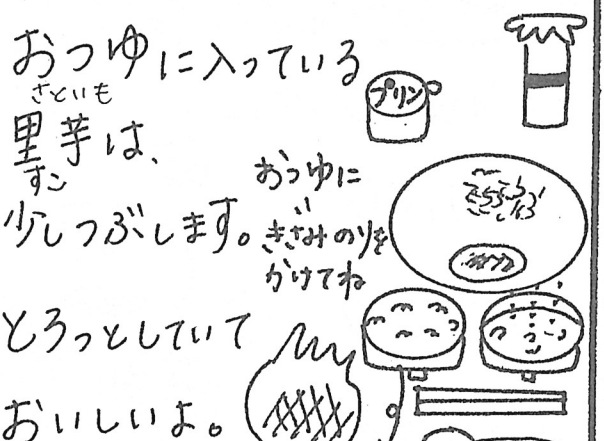

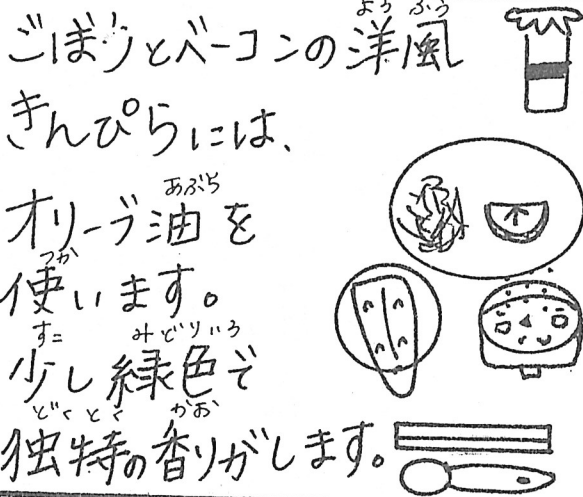
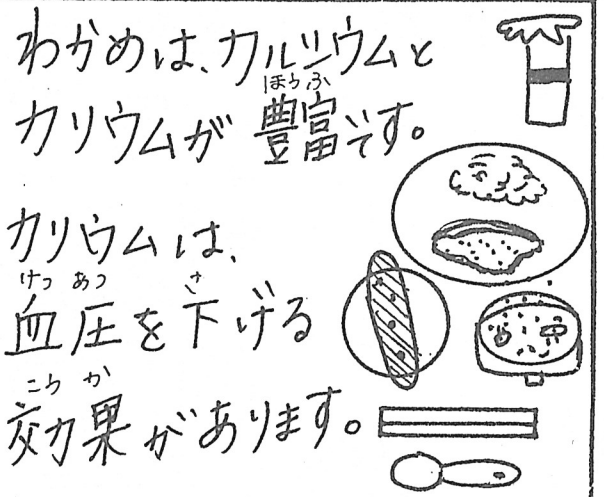
新学期が始まります。

夏休みが終わって、新学期が始まります。



いろいろなでき事があったことでしょう。もし生活が不規則になって
いるなら、毎日の朝食を欠かさないことから、規則正しい
生活リズムを取り戻すようがんばりましょう。



<p>5 まめまめごはん、いわしのつけおき 水 きのこ、いんげんの、はくわい、きゅう じょう、ピーマン、あえ、ゼリー、にゅう</p>	<p>6 ごはん、にくだんごのもちめむし 木 キムチ、れいとう、もやし、のナムル スープ、みかん、きゅうにゅう</p>	<p>7 こくとうパン、きゅうにゅう 金 ナリコン、キャベツ、グレープフルーツ カーン、コーンのパウダー</p>
<p>2学期 給食 スタート! 給食開始は、 恒例のまめまめ ごはんです。(甘くておいしいです)</p> 	<p>にくだんごのもちめむしは、 約1年ぶりの 登場でセンターで 1つ1つ作っています。 す。ひとり2こです。(M)</p> 	<p>ナリコンカーンは、 大豆を使った アメリカのテキサス州 生まれの 煮込み料理です。</p> 
<p>10 ごはん、エビのマヨネーズいため、 月 ビリリカラ、きのこのちゅうかぶう、ヨーグルト きゅうり、スープ、きゅうにゅう</p>	<p>11 うずまきパン、かぼちのシートグラタン 火 ゆでとうもろこし、もやし、のスー、 ミゼリー、きゅうにゅう</p>	<p>12 ごはん、じゃこニロマン、プリン 水 さつまあげ、えのきのあつゆ、きゅうにゅう</p>
<p>今日のヨーグルトは、 冷凍したものです。 とけたころの ヨーグルトは、トロッ としておいしいね。(M)</p> 	<p>生のとうもろこしは、 ツヤキとした 食感が とてもいいです。 とてもおいしいよ。</p> 	<p>おつゆに入っている 里芋は、 少しつぶします。 とろっとしていて おいしいよ。</p> 
<p>13 ひやしうどん、おにぎり、だいずとじ 木 キンゲンサイの、ドライカレー、の、 アーモンドあえ、ベリー、きゅうにゅう</p>	<p>14 オリーブパン、とりのクリームに 金 めいご、ベーコン、の、 よふ、オレオ、きゅうにゅう</p>	<p>18 アップルパン、さけのパセリフライ 火 ワカメサラダ、いんげん、 やさしいのスー、</p>
<p>ひやしうどんは、 つるんとしていて のどごしが とてもいいです。</p> 	<p>ごまとうとベーコンの洋風 きんぴらには、 オリーブ油を 使います。 少し緑色で 独特の香りがします。</p> 	<p>わかめは、カルシウムと カリウムが豊富です。 カリウムは、 血圧を下げる 効果があります。</p> 

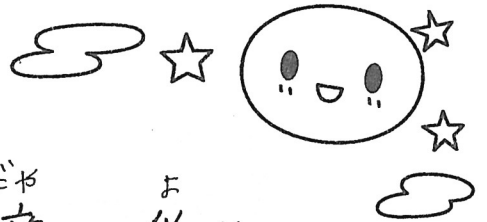
お月見を楽しみましょう

日本では、旧暦の8月15日の夜

(新暦の9月中旬～10月上旬)を十五夜と呼び

月見団子や ススキ、サトイモなどを供えてお月見をする風習があります。このころの月を「仲秋の名月」と呼んで

昔から日本人は「いちばんきれいな月」として眺めてきました。



<p>19 水 インゲンライス・キウイフルーツ ポトフ・ぎゅうにゅう</p>	<p>20 木 ゆばのすまし汁 おつきみゼリー・ぎゅうにゅう</p>	<p>21 金 ゴッパパン・ポークウチヤキ・ぎゅうにゅう ニまつぼろ・はくさい・フルーツにゅう ソーセージのソテー スープ しらすたまご</p>
<p>今日のキウイフルーツは、 「ゴールドキウイフルーツ」 で、いつものグリーンよりも黄色でとても甘いです。</p>	<p>今年の十五夜メニュー 9/25(水)です。</p> <p>おもちつきをするまじが、とてもかわいいです。</p>	<p>豚肉は疲れに効く ビタミンB1がたっぷりです。 玉ねぎとじゃがいも、さらに効果アップです。</p>
<p>25 火 まがにおパン・たらのスパイラルあげ ポテトサラダ・キャベツのぶどうみそチヂミ</p>	<p>26 水 てまきずし さつまじり ななし・ぎゅうにゅう</p>	<p>27 木 ゴッパパン カにたま・おパンのそぼろ はるごめ ととチーズ・ぎゅうにゅう スープ</p>
<p>スパイラルあげには、 すりパウダー・ナツメグを 使っています。</p>	<p>てまきずしの具は、 <ひとりぶん> ウィンナー 2本 たまご 1本 にんじん 1本 ツナきゅうり ひと盛り</p>	<p>ととチーズのチーズは、フリーズドライになっています。 サクサクとした食感が楽しめます。</p>
<p>28 金 ベビーパン・やきそば・おいとく カリフラワーのレタスのコーンあえ スープ</p>	<div data-bbox="666 2154 917 2346" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="917 2154 1889 2730" data-label="Text"> <p>目に良いブルーベリー ブルーベリーの実は紫色ですが、この色素は「アントシアニン」と呼ばれ、目の疲れをとる効果を発揮してくれます。 ブルーベリーが目に良い(物が良く見えるようになる)ことは広く知られています。</p> </div> <div data-bbox="1651 2154 1889 2428" data-label="Text"> <p>給食には13日にドライブルーベリーが出ます。</p> </div>	

今日のベビーパンは、
きりめいりです。
やきそばをほんで食べてください。
(きりめいり)