



9がつこんだてひょう

	げつ	か	すい	もく	きん	ど
ちゅうしょく	1 パン ひじきハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	2 ごはん さかなのいそべあげ きゅうりとにんじんのごますあえ チンゲンサイとかまぼこのすましじる	3 ごはん こおりどうふのたまごとじ なすとたまねぎのみそじる	4 ごはん ひきにくとコーンのカレー こまつなとかにかまのドレッシングあえ	5 ごはん ぎゅうにくとキャベツのごまみそいため はるさめとにんじんのスープ	6 パン ポークビーンズ やさしいスープ
おやつ	ぎゅうにゅう せんべい	ぎゅうにゅう おかき チーズ	ぎゅうにゅう ジャムサンド (てづくり)	ぎゅうにゅう なし	ぎゅうにゅう ビスケット	ぎゅうにゅう かりんとう
ちゅうしょく	8 ごはん ハヤシじる ひじきサラダ	9 ごはん さかなのみそに わふうサラダ えのきととうふのすましじる	10 パン はるさめとちりめんのあぶらいため こまつなとたまごのスープ	11 たんじょうびかい バターコーンたきこみごはん シャケのからあげ トマトときゅうりのサラダ	12 ごはん あつあげのちゅうかふうに えのきだけのスープ	13 にくみそうどん バナナ
おやつ	ぎゅうにゅう まるぼうろ	ぎゅうにゅう クッキー てつきょうかうエハース	ぎゅうにゅう マカロニのきなこあえ (てづくり)	わかめのすましじる オレンジ ゼリー	ぎゅうにゅう こくとうもち (てづくり)	ぎゅうにゅう サブレ
ちゅうしょく	15 けいろうのひ 	16 パン ひじきハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	17 ごはん パブリカとりにくのなんばんづけ かぼちゃのみそじる	18 ごはん ひきにくとコーンのカレー こまつなとかにかまのドレッシングあえ	19 ごはん こおりどうふのたまごとじ なすとたまねぎのみそじる	20 パン ポークビーンズ やさしいスープ
おやつ	ぎゅうにゅう せんべい	ぎゅうにゅう せんべい	こけいヨーグルト クラッカー	ぎゅうにゅう なし	ぎゅうにゅう ジャムサンド (てづくり)	ぎゅうにゅう かりんとう
ちゅうしょく	22 ごはん ぎゅうにくとキャベツのごまみそいため はるさめとにんじんのスープ	23 しゅんぶんのひ 	24 ごはん さかなのいそべあげ きゅうりとにんじんのごますあえ チンゲンサイとかまぼこのすましじる	25 パン レバーボール トマト わかめスープ	26 ごはん さかなのみそに わふうサラダ えのきととうふのすましじる	27 にくみそうどん バナナ
おやつ	ぎゅうにゅう ビスケット	ぎゅうにゅう ビスケット	ぎゅうにゅう おかき チーズ	ぎゅうにゅう あられ おやついりこ	ぎゅうにゅう クッキー てつきょうかうエハース	ぎゅうにゅう サブレ
ちゅうしょく	29 ごはん パブリカとりにくのなんばんづけ かぼちゃのみそじる	30 ごはん ハヤシじる ひじきサラダ	9がつ9かは「たべものをたいせつにするひ」 たべものをすてない(ナイン=9)のこさない(ナイン=9)のごろあわせで9がつ9かは「たべものをたいせつにするひ」にせいていされています。わたしたちがまいにちいたっているたべものは、おおくのひとのと、しぜんのめぐみによってつくられています。たべれることがあたりまえとおもわずに、しょくざいにかんしゃしてのこさずたべるところがけましょう。			
おやつ	こけいヨーグルト クラッカー	ぎゅうにゅう まるぼうろ				

※おこさんといっしょに、こんだてひょうをよめるように、ひらがなとカタカナでかいています。

かたのほいくえん れいわ7ねん9がつ