



9月もりつけ表



今月の目標
朝ごはんの大切さを見直そう

月	火	水	木	金
<p>石けんを使って 手を洗おう!</p>	<p>8月31日</p> <p>春巻き きゅうりのかおりづけ</p> <p>白ごはん じゃじゃんどうふ</p>	<p>1日</p> <p>鶏肉の甘酢炒め ももゼリー</p> <p>白ごはん 肉入りワンタンスープ</p>	<p>2日</p> <p>加賀市産の巨峰です!</p> <p>茎わかめとお豆の炒め物 巨峰</p> <p>白ごはん 肉うどん</p>	<p>3日</p> <p>ツナそぼろごはん かみなりじる</p>
<p>6日</p> <p>キンパ風ごはん さつまいもサラダ</p>	<p>7日</p> <p>冷凍パイ ドライカレー ペイザンヌスープ</p>	<p>8日</p> <p>ガトーショコラ 牛丼 グリーンサラダ</p>	<p>9日</p> <p>めぎす 1人2尾</p> <p>めぎすの磯辺天ぷら 切干大根のサラダ</p> <p>白ごはん 肉じゃが</p>	<p>10日</p> <p>黎しゃぶサラダ ココアワッフル</p> <p>白ごはん みそ汁</p>
<p>13日</p> <p>かぼちゃと なすのそぼろ煮</p> <p>白ごはん かきたま汁</p>	<p>14日</p> <p>ごぼうサラダ ヨーグルト</p> <p>バターロール やきそば</p>	<p>15日</p> <p>しゅうまい 1人2個</p> <p>シュウマイ チャプチェ</p> <p>白ごはん 冬瓜のスープ</p>	<p>16日</p> <p>鮭の塩焼き 江戸っ子煮</p> <p>白ごはん 野菜のごま汁</p>	<p>17日</p> <p>石垣フライ ジャーマンポテト</p> <p>白ごはん 野菜とコーンのスープ</p>
<p>20日</p> <p>敬老の日</p>	<p>21日</p> <p>お月見デザート</p> <p>ソースカツライス お月見汁</p>	<p>22日</p> <p>鯖の生姜煮 ブロッコリーサラダ</p> <p>白ごはん 鶏野菜汁</p>	<p>23日</p> <p>秋分の日</p>	<p>24日</p> <p>煮込みハンバーグ マカロニサラダ</p> <p>白ごはん やさいスープ</p>
<p>27日</p> <p>マーボーなす トマト</p> <p>白ごはん 中華風たまごスープ</p>	<p>28日</p> <p>加賀梨</p> <p>中華ライス もやしのナムル</p>	<p>29日</p> <p>豆乳プリン</p> <p>チキンカレー ふくじんづけ 海藻サラダ</p>	<p>30日</p> <p>さんまのかば焼き 小松菜のごま炒め</p> <p>白ごはん みそ汁</p>	