

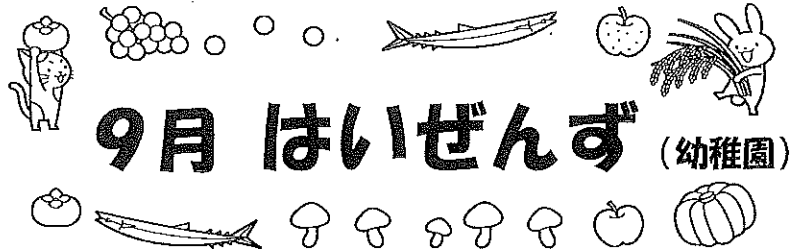
月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

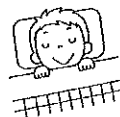
金曜日



9月 はいぜんず (幼稚園)

2がっきがスタートしました。
「はやね・はやおき・あさごはん」でせいかつリズムをととのえましょう。

はやね



はやおき



あさごはん



1 たべものからも、しっかりすいぶんをとりますよう。

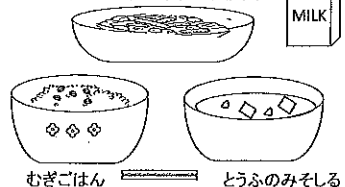
なすいりドライカレー



ごはん えいじマカロニいりスープ

4 ただしくしよっきをもって、たべられていますか。

ぶたにくのしょうがやきふう

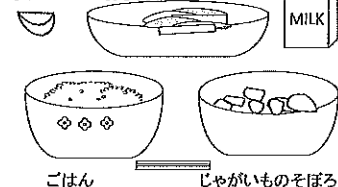


むぎごはん とうふのみそしる

5 じゃがいものほくほくを、あじわっていただきますしよ。

なし

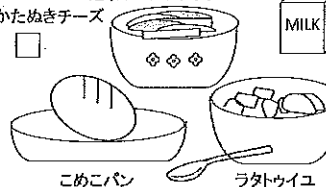
おひたし



ごはん じゃがいものそぼろに

6 なつやさいが、いくつはいつているでしよ。

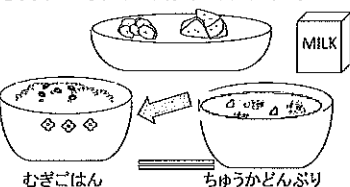
くきわかめのサラダ



かたぬきチーズ こめこパン ラタトゥイユ

7 さかいでしてとれたさつまいもを、あじわいませしよ。

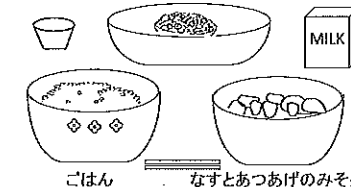
きゅうりのごまだレッシングあえ だいがくいも



むぎごはん ちゅうかどんぶり

8 あきなすのおいしいきせつとなりませしよ。

ぶどうゼリー ビーマンのいためもの



ごはん なすとあつあげのみそに

11 おくらのたねは、どこにあるかな。

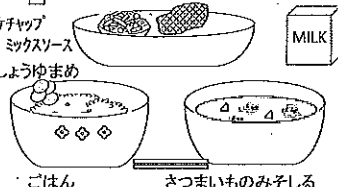
こうやどうふのたまごとじ



オクラとたくあんのごまあえ

12 こどもがサクサクのとんかつを、あじわっていただきますしよ。

ゆでやさい とんかつ



ごはん さつまいものみそしる

13 ヨーグルトは、なにからできていますしよ。

ヨーグルト きりぼしだいごんのサラダ



コッペパン ぶたにくのポトフ

14 チンジャオロースーは、ちゅうごくのりよりです。

チンジャオロースー



ごはん はるさめスープ

15 なしのあまみとはごたえを、あじわっていただきますしよ。

なし ひじきのマリネ



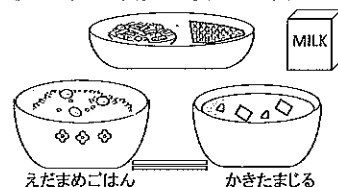
むぎごはん チキンカレー

18 けいろう 敬老の日



19 むかしから、さかいではしおづりがさかんです。

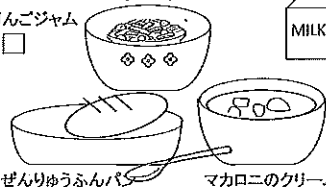
やさいのしおぼんずあえ さけのごまあげ



えだまめごはん かきたまじる

20 ただしいパンのたべかたをかくにんしませしよ。

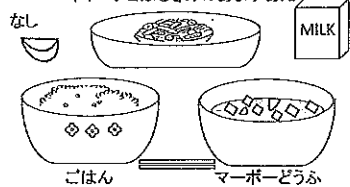
りんごジャム やさいサラダ



ぜんりゅうふんぱす マカロニのクリームに

21 すは、なつのつかれをとりのぞいてくれませしよ。

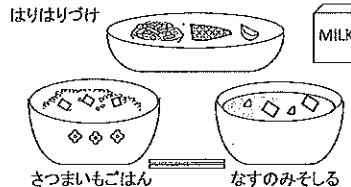
キャベツとはるさめのあまずあえ



ごはん マーボーどうふ

22 さんまのおいしいきせつです。

きりぼしだいごんの さんまのしおやき すだち



さつまいもごはん なすのみそしる

25 ごぼうのかおりをあじわいませしよ。

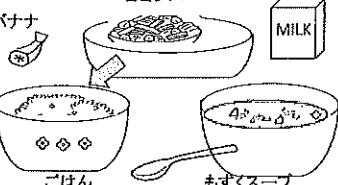
こまつなごまずあえ



むぎごはん ごぼうとぎゅうにくのにも

26 きゅうしよくのピビンバは、どうやってつくられているかっていますか。

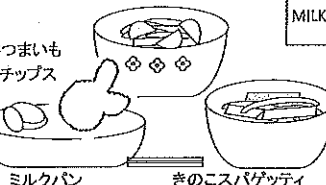
バナナ ピビンバ



ごはん もずくスープ

27 きょうのきゅうしよくには、なんしゆるいのきのこがはいつているでしよ。

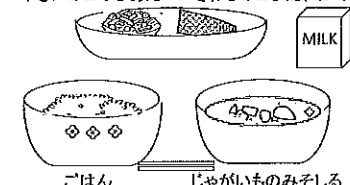
かいそうサラダ



さつまいも チップス ミルクパン きのコスパゲッティ

28 わしよくのよさをみつつけませしよ。

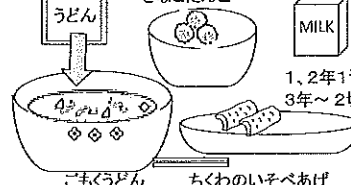
やさいのこんぶあえ さわらのごまだれかけ



ごはん じゃがいものみそしる

29 じゅうごやには、どんなたべものをたべしよっていますか。

うどん きなこだんご



ごもくうどん ちくわのいそべあげ

1, 2年1切
3年~2切

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

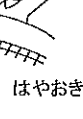
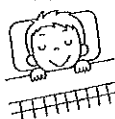
金曜日



9月 はいぜんず (小学校)

2がっさがスタートしました。
「はやね・はやおき・あさごはん」でせいかつリズムをととのえましょう。

はやね



あさごはん

はやおき

1 たべものからも、しっかりすいぶんをとりますよう。

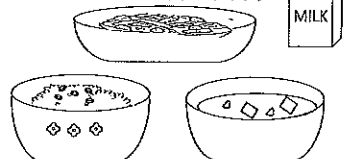
なすいりドライカレー



ごはん えいじマカロニいりスープ

4 たくしきよつきをもって、たべられていますか。

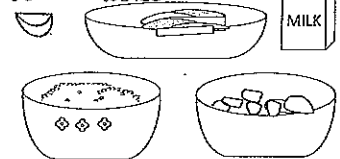
ぶたにくのしょうがやきふう



むぎごはん とうふのみそ

5 じゃがいものほくほくを、あじわっていただきます。

なし おひたし



ごはん じゃがいものそぼろ

6 なつやさいが、いくつはいつているでしょう。

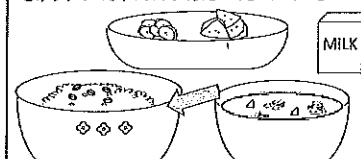
くきわかめのサラダ



かたぬきチーズ こめこむ ラウトウユ

7 さかいでしてとれたさつまいもを、あじわいましょう。

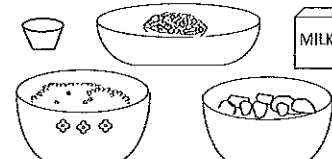
きゅうりのごまドレッシングあえ だいごいも



むぎごはん ちゅうかどんぶり

8 あきなのおいしいきせつとなりました。

ぶどうゼリー ピーマンのいためもの



ごはん なすとあつあげのみそ

11 おくらのたねは、どこにあるかな。

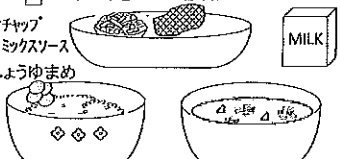
こうやとうふのたまごじ



ごはん さばのみそ

12 ころもがサクサクのどんかつを、あじわっていただきます。

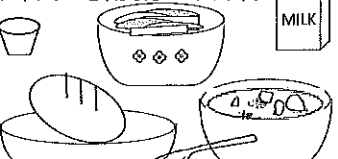
ゆでやさい とんかつ



ごはん さつまいものみそ

13 ヨーグルトは、なにかからできているでしょう。

ヨーグルト きりぼしだいごんのサラダ



コッペパン ぶたにくのポトフ

14 チンジャオロースーは、ちゅうごのりよりです。

チンジャオロースー



ごはん はるさめスープ

15 なしのあまみとはごたえを、あじわっていただきます。

なし ひじきのマリネ



むぎごはん チキンカレー

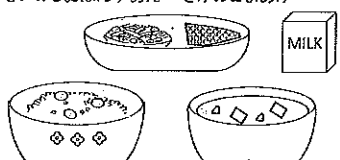
18

けいろ
敬老の日



19 むかしから、さかいではおづくりがさかんです。

やさしいおぼんずあえ さけのごまあげ



えだまめごはん かきたまじる

20 ただしいパンのたべかたをかくにんします。

アーモンドいりサラダ



りんごジャム ぜんりゅうふんパ

21 すは、なつのつかれをとりのぞいてくれます。

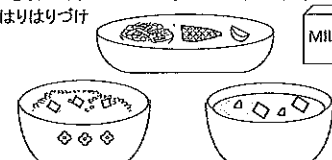
キャベツとはるさめのあまずあえ



ごはん マーボー豆腐

22 さんまのおいしいきせつです。

きりぼしだいごんの さんまのしおやき すだち



さつまいもごはん なすのみそ

25 ごぼうのかおりをあじわいましょう。

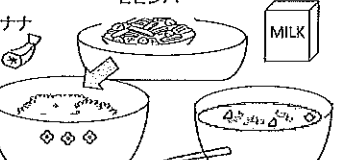
なつとう こまつなごまずあえ



むぎごはん ごぼうとぎゅうにくのもの

26 きゅうしよくのピピンパは、どうやってつくられているかしていますか。

バナナ ピピンパ



ごはん もずくスープ

27 きょうのきゅうしよくには、なんしゆるいのきのこがはいっているでしょう。

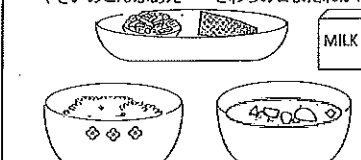
かいそうサラダ



さつまいもチップス ミルクパン きのコスパゲッティ

28 わしよくのよさをみつつけましょう。

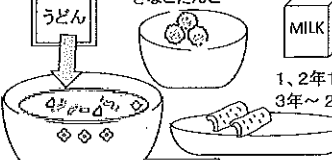
やさしいのこんぶあえ さわらのごまだれかけ



ごはん じゃがいものみそ

29 じゅうごやには、どんなたべものをたべられていますか。

うどん きなごだんご



ごもくうどん ちくわのいそべあげ

1、2年1切
3年～2切

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日



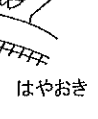
9月 配膳図 (中学校)

2学期がスタートしました。
「早寝・早起き・朝ごはん」で生活リズムを整えましょう。

はやね



あさごはん



はやおき



1 食べものからも、しっかり水分をとりましょう。

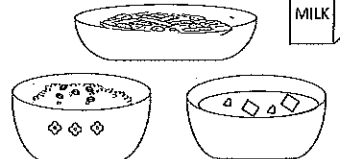
なすリドライカレー



ごはん えいじマカロニ入スープ

4 正しく食器をもって、食べられていますか。

ぶたにくのしょうが焼き風

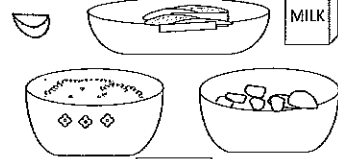


麦ごはん 豆腐のみそ汁

5 じゃがいものほくほくを、あじわっていただきます。

なし

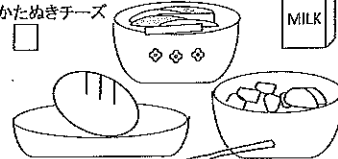
おひたし



ごはん じゃがいものそぼろ煮

6 夏野菜が、いくつかはいつているでしょう。

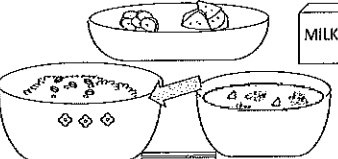
きゅうりのかきめサラダ



かたぬきチーズ 米粉パン ラタトゥイユ

7 坂出市でとれたさつまいもを、あじわいましょう。

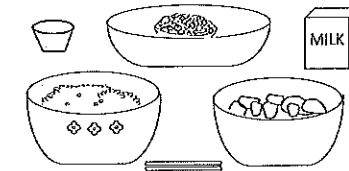
きゅうりのごまドレッシングあえ 大学いも



麦ごはん 中華どんぶり

8 秋なすのおいしい季節となりました。

ぶどうゼリー ビーマンの炒めもの



ごはん なすとあつあげのみそ煮

11 おくらの種は、どこにあるかな。

高野豆腐のたまごじ

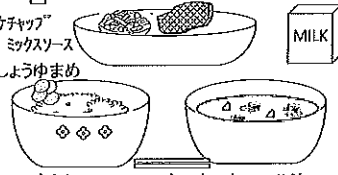


麦ごはん さばのみそ煮

12 こどもがサクサクのとんかつを、あじわっていただきます。

ゆでやさい

とんかつ



ごはん さつまいものみそ汁

13 ヨーグルトは、何からできているでしょう。

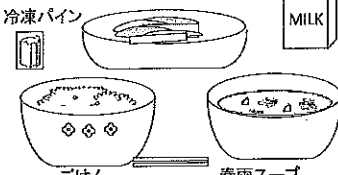
ヨーグルト きりぼしだいこんのサラダ



コッパン ぶたにくのポトフ

14 チンジャオロースーは、中国の料理です。

チンジャオロースー



ごはん 春雨スープ

15 なしの甘みと歯ごたえを、あじわっていただきます。

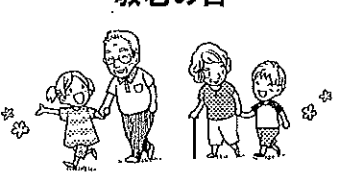
ひじきのマリネ



麦ごはん チキンカレー

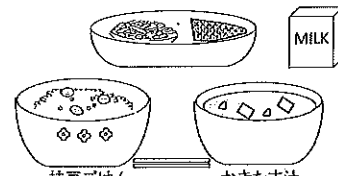
18

敬老の日



19 昔から、坂出は塩づくりがさかんです。

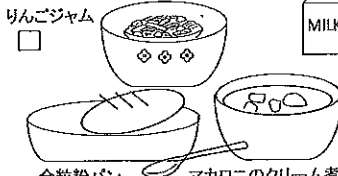
野菜の塩ぼんずあえ さけのごまあげ



枝豆ごはん かきたま汁

20 正しいパンの食べ方を確認しましょう。

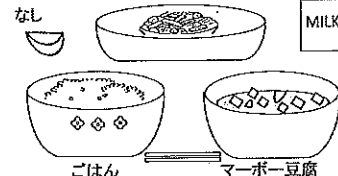
アーモンド入りサラダ



りんごジャム 全粒粉パン マカロニのクリーム煮

21 酢は、夏の疲れをとり除いてくれます。

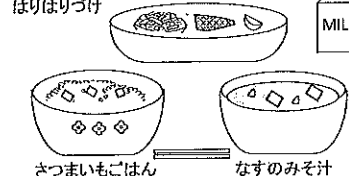
キャベツと春雨の甘酢あえ



ごはん マーボー豆腐

22 さんまのおいしい季節です。

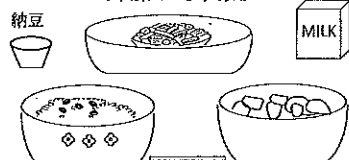
切り干し大根の さんまの塩焼き すだち



さつまいもごはん なすのみそ汁

25 ごぼうの香りをあじわいましょう。

小松菜のごまあえ

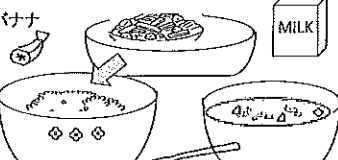


麦ごはん ごぼうとぎゅうにくの煮物

26 給食のピビンパは、どうやって作られるか知っていますか。

バナナ

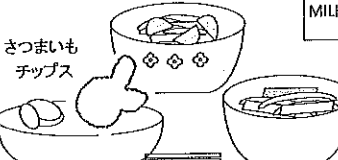
ピビンパ



ごはん もずくスープ

27 今日の給食には、何種類のきのこが入っているでしょう。

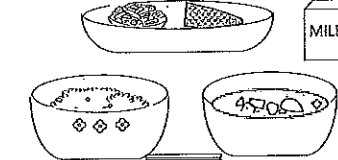
海そうサラダ



さつまいも チップス ミルクパン きのコスバゲッティ

28 和食のよさをみつけよう。

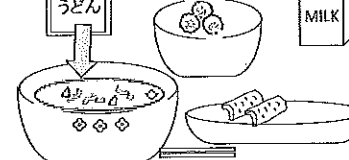
野菜の昆布あえ さわらのごまだれかけ



ごはん じゃがいものみそ汁

29 十五夜には、どんな食べものをたべると知っていますか。

うどん きなこだんご



五目うどん ちくわの磯辺あげ