

へいせい 27ねん 9がつ

よていこんだてひょう

ひ	ようび	おひるのおかず	おやつ
1 ・ 15	か	ごはん ぶたにくのてっかに かぼちゃのふくめに こーるするーさらだ すましじる くだもの	ぎゅうにゅう かすてら
			ぎゅうにゅう ほっとどつく
2 ・ 16	すい	かれー(らいす) きりぼしだいこんのさらだ くしがたとまと くだもの	ぎゅうにゅう ふる一つかんてん くらっかー
3 ・ 17	もく	ろーるぱん きっしゅ わかめとこーんのさらだ はるさめととうふのすーぶ くだもの	おちゃ きのこごはん おちゃ くつぱ
4	きん	ごはん さかなのかばやきふう ほうれんそうののりあえ きんぴらごぼう みそしる くだもの	のむよーぐると てづくりぼっふこーん
5 ・ 19	ど	ごはん なまあげのとさに じゃがいものあまに あまずあえ みそしる くだもの	ぎゅうにゅう ばかうけせんべい あんぱんまんびすけつと
7 ・ 25	げつ ・ きん	ごはん ぼーくちやっふ やさいすていっく じゃーまんぽてと すましじる くだもの	ぎゅうにゅう だいがくかぼちゃ
			ぎゅうにゅう くろみつきなこだんご
8 ・ 29	か	りんごじゃむさんど こめことうにゅうぐらたん とまとときゅうりのぴくるすふう わかめすーぶ くだもの	おちゃ やきうどん おちゃ やさいぴらふ
9 ・ 30	すい	まーほうどうふどん こふきいも さんしょくおひたし みそしる くだもの	ぎゅうにゅう ふれんちとーすと
			ぎゅうにゅう むしぱん
10 ・ 24	もく	みそにこみうどん さかなのごまてりやき あおなのいために くだもの	おちゃ ごまじゃこごはん おちゃ しゅがーとーすと
11	きん	ごはん ればーのたつたあげ ひじきのさらだ やさいそてー みそしる くだもの	ぎゅうにゅう うずまきぱん
12 ・ 26	ど	ごはん しらすいりたまごやき こがねに まかろにさらだ みそしる くだもの	ぎゅうにゅう ほしたべよ まりーびすけつと
14 ・ 28	げつ	ごはん だいずはんぱーぐ もやしさんばいず きりぼしだいこんのもの みそしる くだもの	ぎゅうにゅう すいーとぽてと
			ぎゅうにゅう どーなつ
18	きん	おたんじょうびかいのおたのしみめにゆー	ぎゅうにゅう おはぎ



こめこは おこめを
こまかいこなにしたものです
おせんべいやかるかんの
ざいりょうにもつかわれます



じゅうごやは さといもや
おだんごをかざって
おつきさまをみるひです



あきのおひがんには
おはぎをおそなえます