



# こんだてのおしらせ



月	火	水	木	金
<p><b>2</b></p> <p>いろいろごはん ぎゅうにゅう ギョーザく2こ&gt; パンサンスー ワタンスープ</p>	<p><b>3</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう あじのレモンしょうゆに いとこんのいためもの ふととうふのみそしる</p>	<p><b>4</b></p> <p>ごはん あじつけのり ぎゅうにゅう カレーロールフライ たまごサラダ やさいスープ</p>	<p><b>5</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう わかどりのくわやき ブロッコリーサラダ もずくのみそしる</p> 	<p><b>6</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう きんぴらにくだんご&lt;2こ&gt; からししょうゆあえ せんぎりじる</p> 
<p><b>9</b></p> <p>セルフドック 〔 ロングソーセージ 〕 トマトソース ぎゅうにゅう マカロニサラダ マロニースープ</p> 	<p><b>10</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう さけのしおやき ごまあえ きのこけんちん</p>	<p><b>11</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう ほうれんそうたまごまき だいこんのそぼろに じゃがいものみそしる</p>	<p><b>12</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう はるまき ナムル マーボーどうふ</p>	<p><b>13</b></p> <p>チキンカレー ぎゅうにゅう しちふくじんづけ おつきみポンチ</p> 
<p>17日の「ぶたどん」は、 長谷川自然牧場さんから いただいた「ぶたにく」 でつくります。 感謝のきもちを大切に!</p>  	<p><b>17</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう ぶたどん せんぎりたくあん ミニトマト しめじのみそしる</p>	<p><b>18</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう さばあおじそさいきょうやき いそあえ だいこんのとりみじる</p>	<p><b>19</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう つくねハンバーグ やさいかレーいため かきたまじる</p>	<p><b>20</b></p> <p>いりこなめし ぎゅうにゅう かぼちゃコロケ えだまめサラダ あおさのみそしる</p>
<p>「そうへいじる」の 「そうへい」ってなにかな？ ぶそう ぼう 武装したお坊さんのことを 「僧兵」といいます。</p>	<p><b>24</b></p> <p>ごはん ふりかけ ぎゅうにゅう にくじゃがたまごつつみ ぶたにくのキムチいため いかボールスープ</p>	<p><b>25</b></p> <p>みそラーメン ぎゅうにゅう やきポテト &lt;小：2こ、中：3こ&gt; りんご</p> 	<p><b>26</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう しろみざかなフライ ゆでやさい(ソースがつかます) ごもくづくだに えのきたけのみそしる</p> 	<p><b>27</b></p> <p>エッグカレー オレンジジュース かいそうサラダ キャンディチーズ&lt;2こ&gt;</p> 
<p><b>30</b></p> <p>ごはん ぎゅうにゅう いわしのうめ こまつなのなめたけあえ そうへいじる</p>	<p><b>「さつまいも」で、ごわす!</b> さつまいもは、鹿児島県の「さつま地方」から広まりました</p> <p>おいどんは、エネルギーのもとになるで ごわす!</p> 			
<p><b>30日は「ふるさと給食の日」</b></p> <p>「僧兵汁」...三重県菰野町の郷土料理</p> <p>もとは、「僧兵鍋」という鍋料理。山岳寺で修行をしていた僧兵たちが 寺を守るために戦った時「スタミナ食」として食べたのが始まり。</p>				