



# 9月のこんだて



月	火	水	木	金	土
2  むぎごはん とうにゆうみ そしる 麦御飯、豆乳味噌汁 ぶたにく しょうが や 豚肉の生姜焼き かんこくふう 韓国風マカロニサラダ	3  ごはん ちゅうか 御飯、中華スープ すどり 酢鶏 オクラのサラダ	4  スパゲッティ パン やさい 野菜スープ ゴマサラダ	5  ごはん ぶたじる 御飯、豚汁 さかな ごま や 魚の胡麻マヨ焼き しらあ 白和え	6  オムライス オニオンスープ サラダ	9月1日は防災の日です。 ご家庭で非常食の確認を しましょう。
9  むぎごはん なす みそしる 麦御飯、茄子の味噌汁 おからのグラタン ナムル	10  ごはん 御飯、ワカメスープ さかな や 魚のカレー焼き きんぴら 金平ゴボウ	11  さら 皿うどん おにぎり えのき わふう のきの和風サラダ たーさいばおず 多菜包子	12  ホットドッグ たまご 卵スープ あおな 青菜のサラダ ヨーグルト、ジュース	13  うなぎのロコモコ丼 すまし汁、里芋のサラダ くずまんじゅう 葛饅頭	
	17  ごはん 御飯、じゃが芋のスー とり ちゅうかふうて や 鶏の中華風照り焼き ハムサラダ	18  おんたま どん 温玉そば さつま汁 ブロッコリーサラダ くだもの 果物	19  た こ ごはん みそしる 炊き込み御飯、味噌汁 さかな しおや 魚の塩焼き カリフラワーサラダ	 <b>TAKUMA WORK</b> <b>一泊旅行</b>	
	24  むぎごはん 武者汁 御飯、武者汁 とり しょうゆかお あ 鶏の醤油香り揚げ もずく す もずくの酢のもの	25  ひ 冷やしそば or ひ 冷やしうどん おにぎり、サラダ ゼリー	26  むぎごはん じる 麦御飯、すまし汁 さかな しおや 魚のムニエル レモンあ 和え	27  シーフードカレー キャベツのスープ だいず 大豆のサラダ	28  ごはん みそしる 御飯、味噌汁 わふうきんぴらづつ 和風金平包み プリン
30  チキンパエリア コーンスープ あ ピーナッツ和え	 <b>ラグビーワールドカップ</b> 2019年9月20日から11月2日の約2ヶ月に渡って、日本全国12会場でラグビーワールドカップの試合が行われます。ラグビーの発祥の地はイギリスです。ラグビーは1チーム15人、計30人(15人制)で楕円のボールを奪い合いながら、パス、キック走るなどのプレーで相手インゴールを目指す(トライを取る)「陣取り合戦」のスポーツです。アメリカンフットボールと違い、ボールを持ったプレーヤーにしか相手プレーヤーはタックルすることが出来ません。				