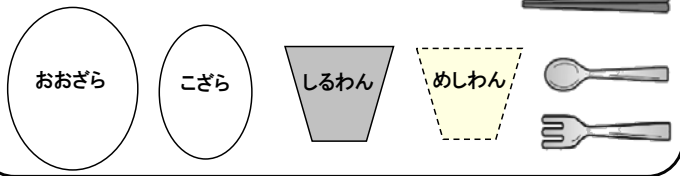


*** 8.9がつのこんだてひょう ***
(きょうしつけいじょう)

おさらのしゆるい



令和2年度 杉並区立高井戸第四小学校

げつ	か	すい	もく	きん
		<p>8/26</p> <p>れいとみかん</p> <p>だいたずいりドライカレー サウピカンサラダ</p> <p>牛乳</p>	<p>8/27</p> <p>さんしょくあえ</p> <p>さけときこのおうごんやき</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん とうふとじゃがいものみそしる</p>	<p>8/28</p> <p>いとかんてんのゴマずあえ</p> <p>こうやどうふのそぼろごはん けんちんじる</p> <p>牛乳</p>
<p>8/31</p> <p>きりぼしだいごんのナムル</p> <p>すふたどん わかめスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>1</p> <p>カレーライス じゃこサラダ</p> <p>牛乳</p>	<p>2</p> <p>ごもくきんぴら さわらのごみやき</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん だいごんととうふのみそしる</p>	<p>3</p> <p>だいごんとはくさいのおかかあえ</p> <p>いかのてんぷら</p> <p>牛乳</p> <p>ひやしきつねうどん</p>	<p>4</p> <p>なんでもせんぎりサラダ</p> <p>チャロットライス ほきのハーブパンこやき トマトとたまごのスープ</p> <p>牛乳</p>
<p>7</p> <p>だいたずとじゃこのあまからあげ</p> <p>もやしチャーハン ちゅうかスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>8</p> <p>ゆさいのごまあえ</p> <p>さけのさいきょうやき</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん じゃがいものそぼろに</p>	<p>9</p> <p>すのものきっかむし</p> <p>牛乳</p> <p>きのこごはん とうふとたまねぎのみそしる</p>	<p>10</p> <p>さつまいものフラワーチップ</p> <p>とりとごぼうのピラフ</p> <p>牛乳</p> <p>せんぎりやさいスープ</p>	<p>11</p> <p>ほろれんそうともやしのいそあえ</p> <p>さんまのかばやきどん こじる</p> <p>牛乳</p>
夏休みの節句				
<p>14</p> <p>カリカリあぶらあげのサラダ</p> <p>やきししゃも きんぴらごはん しょうとんじる</p> <p>牛乳</p>	<p>15</p> <p>やさいのピクルス</p> <p>シーフードピラフ ミネストローネ</p> <p>牛乳</p>	<p>16</p> <p>グレープゼリー</p> <p>しめじいりスパゲッティミートソース</p> <p>牛乳</p> <p>パリパリサラダ</p>	<p>17</p> <p>かふうきゅうり</p> <p>チンジャオロースどん</p> <p>牛乳</p> <p>はるさめスープ</p>	<p>18</p> <p>やさいのにものかつおのたつたあげ</p> <p>やさいのみそしる</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん</p>
21	22	<p>23</p> <p>ちやしのちめじょうゆあえ</p> <p>こうやどうふのそぼろごはん</p> <p>牛乳</p> <p>こんさいのみそしる</p>	<p>24</p> <p>いとかんてんのごますあえカレーコロッケ</p> <p>にしよくおはぎ</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん みそしる</p>	<p>25</p> <p>きりぼしだいごんのごますあえ</p> <p>きりぼしだいごんのごますあえ</p> <p>牛乳</p> <p>さつまいもすりくたくさんじる</p>
敬老の日	秋分の日	28	29	30
<p>28</p> <p>あやしとこまつなのナムル おやこやき</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん かんこくふうにくじゃが</p>	<p>29</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>ピザトースト 白いんげんとやさいのスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>30</p> <p>きりぼしごはん きぬかつぎ</p> <p>牛乳</p> <p>おつきみだんこじる</p>	<p>お彼岸</p>	
お月見献立				