



9がつこんでてよいひょう



みそらこどもえん

Table with 5 columns: 日付 (Date), ちゅうしょく (Lunch), みまんじおやつ (Mimanji Snack), 材料名(昼食・3時おやつ) (Ingredients), and 調味料 (Seasoning). Rows 01-17 contain menu items like 'やさいみそラーメン', 'ごはん', 'わかめごはん', etc.

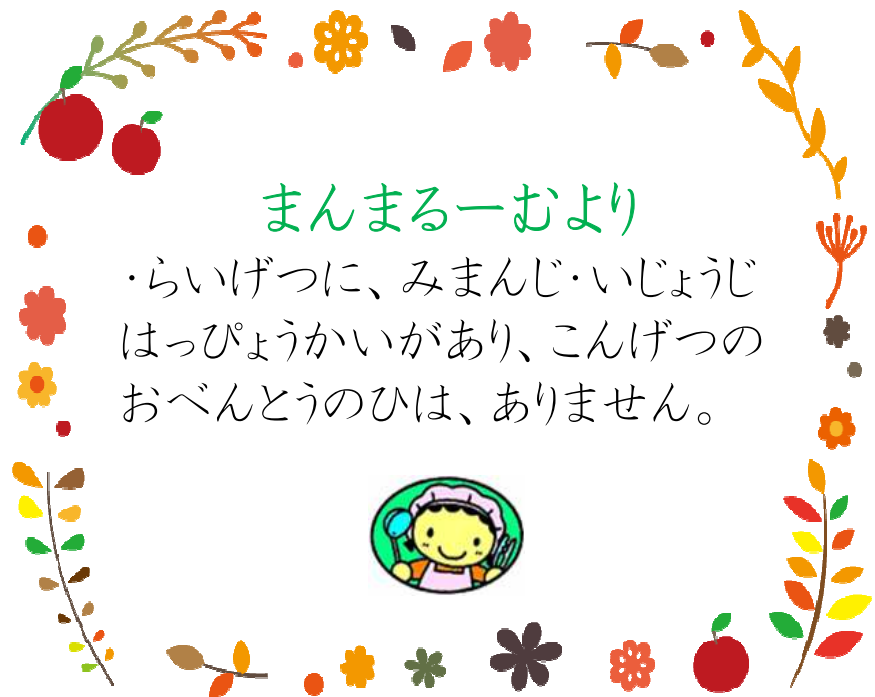
★はスキムミルクをしょうじています。

■はしんメニューです。

・ごはんにおしむぎをしょうじています。

えんでしょうじているおこめは「おおいだけんさんまい」です。

Table with 5 columns: 日付 (Date), ちゅうしょく (Lunch), みまんじおやつ (Mimanji Snack), 材料名(昼食・3時おやつ) (Ingredients), and 調味料 (Seasoning). Rows 18-30 contain menu items like 'ハッピーランチデー', 'ごはん', 'ごはん', etc.



まんまるーおより

・らいげつに、みまんじ・いじょうじはっぴょうかいがあり、こんげつのおべんどうのひは、ありません。



柿を食べると医者いらず! ?
秋の果物の代表のひとつである柿。柿が赤くなれば医者が青くなる」ということわざがあるように、柿にはビタミンCが豊富に含まれていて肌に良く、また免疫力を高めてくれるため、風邪の予防やストレスを緩和してくれる作用があります。