

10月2日(月)



【献立表】

焼き豚チャーハン
手作り揚げぎょうざ
中華サラダ
フルーツ杏仁
牛乳

10月3日(火)



【献立表】

ご飯
牛丼の具
もやしとコーンのおひたし
かぶのみそ汁
さつまいもチップス
牛乳

10月4日(水)



【献立表】

ソフト麺
ししゃものごまフライ
ほうれん草のおひたし
カレー南蛮
りんご
牛乳

10月5日(木)



【献立表】

麦ご飯
ポークしゅうまい
きゅうりの中華ごま和え
マーボー豆腐
お魚アーモンド
牛乳

10月6日(金)



【献立表】

成田産栗ごはん
鮭の西京焼き
のりマヨ和え
五目汁
バナナ
牛乳

10月10日(火)



【献立表】

麦ご飯
イカフライ
切干大根の煮付け
えのきのみそ汁
ブルーベリーゼリー
牛乳

10月11日(水)



【献立表】

米粉パン(メープルジャム)
手作りかぼちゃグラタン
小松菜ときのこのソテー
ミネストローネ
牛乳

10月12日(木)



【献立表】

ご飯
さばのカレー焼き
ごぼうサラダ
すまし汁
ブルーベリーヨーグルト
牛乳

10月13日(金)



【献立表】

ご飯
れんこんのつくね焼き
ごま和え
臭だくさん豆乳汁
みかん
牛乳

10月16日(月)



【献立表】

麦ご飯
ホイコーロー
中華くらげサラダ
サンラータン
黒ゴマプリン
牛乳

10月17日(火)



【献立表】

ご飯(わかめふりかけ)
赤魚白醤油焼き
即席漬け
じゃが芋と厚揚げそぼろ煮
牛乳

10月18日(水)



【献立表】

ご飯
豚肉のしょうが焼き
和風サラダ
なめこ汁
牛乳

10月19日(木)



【献立表】

チキンライス
オムライスシート
枝豆サラダ
キャベツとベーコンのスープ
ウエハース
牛乳

10月20日(金)



【献立表】

麦ご飯
ほきフライ
干草あえ
切干大根のみそ汁
アセロラミルク
牛乳

10月23日(月)



【献立表】

丸わりパン
チリコンカン
かぼちゃサラダ
スライスチーズ
ひと口ぶどうゼリー
牛乳

10月24日(火)



【献立表】

麦ご飯
あじの竜田揚げ
おかか和え
沢煮椀
プチトマト
牛乳

10月25日(水)



【献立表】

ご飯
厚焼き卵
納豆あえ
さつま汁
北海道ヨーグルト
牛乳

10月26日(木)



【献立表】

ご飯
いわしみぞれ煮
れんこんサラダ
おじゃがもち汁
りんご
牛乳

10月27日(金)



【献立表】

麦ご飯
きのこカレー
じゃが昆布サラダ
野菜チップス
牛乳

10月30日(月)



【献立表】

パエリア
こまいフライ
ブロッコリーサラダ
白菜とベーコンのスープ
バナナ
牛乳

10月31日(火)



【献立表】

麦ご飯
鶏のごまネーズ焼き
ひじき五目煮
きゃべつのみそ汁
パンプキンババロア
牛乳