

10 月 1 日（火）



【 献 立 表 】

ご飯
豚肉のしょうが焼き
五目きんぴら
だまご餅汁
牛乳

10 月 2 日（水）



【 献 立 表 】

ご飯
手作り豆腐ハンバーグ きのこソース
かぼちゃサラダ
小松菜のみそ汁
牛乳

10 月 3 日（木）



【 献 立 表 】

成田産の栗ご飯
あじフライ
マヨおひたし
沢煮椀
カル鉄ヨーグルト
牛乳

10 月 4 日 (金)



【 献 立 表 】

麦ご飯

焼きぎょうざ

きゅうりとじゃこのナムル

マーボー豆腐

食べ比べぶどう(巨峰・シャインマスカット)

牛乳

10 月 7 日 (月)



【 献 立 表 】

ご飯

さばのみそ煮

千草和え

けんちん汁

柿

牛乳

10 月 8 日 (火)



【 献 立 表 】

ご飯

チンジャオロースー

きゅうりの中華ごま和え

ワンタンスープ

マンゴープリン

牛乳

10 月 9 日（水）



【 献 立 表 】

ソフト麺
れんこんのかき揚げ
もやしとコーンのおひたし
山菜うどん汁
ミックスナッツ
牛乳

10 月 10 日（木）



【 献 立 表 】

ご飯
赤魚白醤油焼き
ほうれん草和風サラダ
キャベツと豚肉のみそ汁
ブルーベリーゼリー
牛乳

10 月 11 日（金）



【 献 立 表 】

食パン（メープルジャム）
手作りラザニア
イタリアンサラダ
フルーツとゼリーミックス
牛乳

10 月 15 日（火）



【 献 立 表 】

ご飯
いわしオレンジ煮
納豆和え
秋野菜のみそ汁
白ごまプリン
牛乳

10 月 16 日（水）



【 献 立 表 】

麦ご飯
きのこカレー
ビーンズサラダ
ぎょうざピザ
牛乳

10 月 17 日（木）



【 献 立 表 】

焼きそば
ししゃものごまフライ
ブロッコリーのツナマヨあえ
麦芽ゼリー
牛乳

10 月 18 日（金）



【 献 立 表 】

麦ご飯
ホイコーロー
中華サラダ
卵とコーンの中華スープ
牛乳

10 月 21 日（月）



【 献 立 表 】

ご飯
ほっけ一夜干し
わかめの即席漬け
じゃが芋と厚揚げのそぼろ煮
型抜きチーズ
牛乳

10 月 22 日（火）



【 献 立 表 】

麦ご飯
豚丼の具
のりマヨ和え
切干大根のみそ汁
牛乳

10 月 23 日（水）



【 献 立 表 】

米粉パン（いちごジャム）
鶏肉のハーブ焼き
きのこのサラダ
かぼちゃポタージュ
牛乳

10 月 24 日（木）



【 献 立 表 】

ご飯
ハヤシライス
コーンサラダ
ヨーグルト和え
牛乳

10 月 25 日（金）



【 献 立 表 】

ご飯
さんまの塩焼き
ひじき五目煮
おじゃがもち汁
りんご
牛乳

10 月 28 日（月）



【 献 立 表 】

ご飯

鶏のから揚げ ユーリンソース

焙煎ごま和え

春雨スープ

牛乳

10 月 29 日（火）



【 献 立 表 】

きなこ揚げパン

肉団子

小松菜のガーリックソテー

オニオンスープ

牛乳

10 月 30 日（水）



【 献 立 表 】

麦ご飯

れんこんのつくね焼き

おかか和え

さつま芋豚汁

牛乳

10 月 31 日（木）



【 献 立 表 】

ガーリックライス

ほきフライ

ゆで花野菜

ミネストローネ

パンプキンババロア

牛乳