

10 月 1 日 ( 火 )



【 献 立 表 】

うどん  
大学いも  
ごぼうサラダ  
五目うどん汁  
アーモンド小魚  
牛乳

10 月 2 日 ( 水 )



【 献 立 表 】

ごはん  
さばのカレーじょうゆ焼き  
こんにゃくのおかか煮  
豆乳のみそ汁  
牛乳

10 月 3 日 ( 木 )



【 献 立 表 】

鮭わかめごはん  
松風焼き  
きゅうりの南蛮漬け  
すまし汁  
一口ピーチゼリー  
牛乳

10 月 4 日（金）



【 献 立 表 】

ごはん  
いかの揚げ煮  
もやしのあえもの  
どさんこ汁  
麦芽ゼリー  
牛乳

10 月 7 日（月）



【 献 立 表 】

アーモンドピラフ  
シェパーズパイ  
ラビオリスープ  
オレンジ  
牛乳

10 月 8 日（火）



【 献 立 表 】

ごはん  
中華風照り焼きチキン  
ひじきのサラダ  
みそキムチトックスープ  
アセロラミルクゼリー  
牛乳



10 月 9 日（水）



【 献 立 表 】

ごはん（たまごふりかけ）  
まんだいのピリ辛揚げ  
千草あえ  
いももち汁  
牛乳

10 月 10 日（木）



【 献 立 表 】

にんじんピラフ  
ブロッコリーのアーモンドあえ  
コンソメスープ  
手作りブルーベリーチーズタルト  
牛乳

10 月 11 日（金）



【 献 立 表 】

発芽米ごはん  
かみかみ海草サラダ(ドレッシング)  
ポークカレー  
パイナップル  
牛乳



10 月 15 日（火）



【 献 立 表 】

キムチチャーハン  
手作り春巻き  
わかめスープ  
みかん  
牛乳

10 月 16 日（水）



【 献 立 表 】

ごはん（わかめふりかけ）  
ぶた肉のみそふうみ焼き  
磯辺あえ  
えびだんごのすまし汁  
牛乳

10 月 17 日（木）



【 献 立 表 】

きのこごはん  
ほきのタルタルフライ  
とんじる  
かき  
牛乳  
※小学校メニュー



10 月 18 日（金）



【 献 立 表 】

ピタパン  
えびかつ（ソース）  
いもいっぱいサラダ  
クリームシチュー  
アップルシャーベット  
牛乳

10 月 21 日（月）



【 献 立 表 】

ガーリックライス  
こんにゃくサラダ  
ハッシュドポーク  
焼きリンゴ  
牛乳

10 月 22 日（火）



【 献 立 表 】

ごはん  
ポークしゅうまい  
くらげのあえもの  
肉団子と白菜のスープ  
コアヨーグルト  
牛乳



10 月 23 日（水）



【 献 立 表 】

とりめし  
鮭のマヨネーズ焼き  
ほうとう汁  
りんご  
牛乳

10 月 24 日（木）



【 献 立 表 】

ごはん  
とり肉のねぎソースかけ  
納豆あえ  
はんぺんとたまごのすまし汁  
牛乳

10 月 25 日（金）



【 献 立 表 】

マヨコーントースト  
寒天サラダ（ドレッシング）  
カレーポトフ  
シャインマスカット  
牛乳（ミルメークコーヒー）



10 月 28 日 ( 月 )



【 献 立 表 】

ごはん  
豆腐ステーキのそぼろあんかけ  
和風サラダ  
肉じゃが  
牛乳

10 月 29 日 ( 火 )



【 献 立 表 】

ごはん  
南蛮から揚げ  
きゅうりともやしのナムル  
中華風たまごスープ  
豆乳プリン  
牛乳

10 月 30 日 ( 水 )



【 献 立 表 】

ごはん  
とりごぼうそぼろ  
小松菜あえ  
白玉汁  
ウエハース  
牛乳

10 月 31 日（木）



【 献 立 表 】

テーブルロール

手作りかぼちゃグラタン

お豆のスープ

バナナ

牛乳