

10月1日（水）



【 献立表 】

麦ごはん

牛乳

ハヤシライスソース

じゃがいものハニーサラダ

シャインマスカット

10月2日（木）



【 献立表 】

麦ごはん

牛乳

春巻き

くらげのあえもの

鶏クッパ

10月3日（金）



【 献立表 】

栗ごはん（ごま塩）

牛乳

厚焼き卵

里いものそぼろ煮

けんちん汁

手作りお月見ゼリー

10月6日(月)



【献立表】

- アーモンドトースト
- 牛乳
- わかめサラダ
- コーンチャウダー
- オレンジ

10月7日(火)



【献立表】

- ごはん
- 牛乳
- 中華風照り焼きチキン
- 中華あえ
- ジャージャン豆腐

10月8日(水)



【献立表】

- 鶏飯
- 牛乳
- まんだいの香味揚げ
- ツナと野菜のごまあえ
- すまし汁
- ひとつちぶどうゼリー

10月9日（木）



【献立表】

麦ごはん

牛乳

五目そばろ

大学いも

白玉汁

10月10日（金）



【献立表】

スパゲティー

牛乳

ペスカトーレソース

ごまじゃこサラダ

ブルーベリーとクリームチーズの  
スコーン

10月14日（火）



【献立表】

ごはん

牛乳

たらのチリソースかけ

青椒肉絲

はるさめとちくわのスープ

バニラウエハース

10月15日（水）



【献立表】

発芽米ごはん

牛乳

ポークカレー

コールスローサラダ

りんご

10月16日（木）



【献立表】

ごはん

牛乳

豚肉のしょうが焼き

きゅうりの南蛮漬け

飛鳥汁

10月17日（金）



【献立表】

麦ごはん（手作りのり佃煮）

牛乳

いわしのフライ

千草あえ

肉じゃが

10月20日（月）



【献立表】

焼きピロシキ

牛乳

れんこんとひじきのサラダ

ポトフ

みかん

10月21日（火）



【献立表】

キムチチャーハン

牛乳

おからしゅうまい

きゅうりともやしのナムル

中華風卵スープ

アーモンド入り小魚

10月22日（水）



【献立表】

麦ごはん（手作りふりかけ）

牛乳

鶏肉のレモンしょうゆかけ

マカロニサラダ

なめこのみそ汁

10月23日（木）



【献立表】

- ごはん
- 牛乳
- さばのみそ煮
- 和風サラダ
- おでん

10月24日（金）



【献立表】

- 中華めん
- 牛乳
- みそラーメンスープ
- 揚げぎょうざ
- こんにゃくサラダ
- ヨーグルト

10月27日（月）



【献立表】

- さけ菜飯
- 牛乳
- 松風焼き
- もやしのあえもの
- のっぺい汁

10月28日（火）



【献立表】

チキンライス

牛乳

オムライス用薄焼き卵（ケチャップ）

揚げ野菜のサラダ

コンソメスープ

ひとくちりんごゼリー

10月29日（水）



【献立表】

セルフおにぎり（のり・ごま塩）

牛乳

さけの塩焼き

キャベツの塩昆布あえ

どさんこ汁

10月30日（木）



【献立表】

ごはん

牛乳

揚げ出し豆腐のそぼろあんかけ

じゃがいものきんぴら

かきたま汁

牛乳プリン

10月31日(金)



【 献立表 】

黒糖パン

(手作りブルーベリージャム)

鶏肉のマーマレード焼き

ひじきのマリネ

パンプキンポタージュ