

10月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
2 ごはん ココロ大根スープ ハンバーグ コールスローサラダ 牛乳	3 わかめうどん きつねもち ほうれん草のごま和え 牛乳	4 ごはん みそ汁 さばのみぞれ煮 チャプチェ 牛乳	5 あずきパン きのこスープ 肉だんごケチャップ味 コーンソテー 牛乳	6 きんぴらきびごはん みそ汁 厚焼たまご おひたし 牛乳
9 	10 あんかけ焼きそば もやしのナムル パイン缶 牛乳	11 チキンカレー 和風サラダ 牛乳	12 ごまパン マカロニシチュー えびカツレツ フレンチドレッシングサラダ 牛乳	13 ごはん 肉みそおでん もやしのカレー味サラダ 牛乳
16 エビピラフ 白菜のクリームスープ チキンナゲット 牛乳	17 塩ラーメン コーンフライ 小魚 牛乳	18 ごはん 豚汁 さんまのおかか煮 野菜の梅和え 牛乳	19 たまごパン ビーフシチュー ほうれん草オムレツ イタリアンサラダ 牛乳	20 ごはん みそ汁 焼きぎょうざ ほうれん草のツナ和え 牛乳
23 ごはん みそ汁 大根のそぼろ煮 もやし中華和え 牛乳 この日の写真は、 ありません。	24 和風スパゲティ ポテトの包み焼き りんご 牛乳	25 わかめごはん 具だくさん汁 ホッケフライ せん切りキャベツ 牛乳	26 チョコチップパン コンソメスープ チキンフルーティーソース キャベツとコーンのサラダ 牛乳	27 とりごぼうピラフ ゆりねとじゃがいもの卵スープ パンプキンサラダ ラ・フランスゼリー ジョア
30 ごはん みそ汁 とりつくね ひじきの炒め煮 牛乳	31 肉うどん かぼちゃコロツケ 茎わかめの和え物 牛乳			

※赤字は、一部幕別産の食材を使用しています(今月の幕別産は、玉ねぎ・長ねぎ・大根・キャベツ・白菜・人参・カボチャ・じゃがいも・ゆり根です。)