

# 10月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
<b>1</b> すきやき丼 もずくのみそ汁 五色和え  牛乳	<b>2</b> わかめうどん かぼちゃコロッケ フルーツのクリーム和え  牛乳	<b>3</b> きんぴらごはん 豆腐のみそ汁 厚焼たまご こまつなのおひたし  牛乳	<b>4</b> チーズパン えびボールスープ チキンナゲット マカロニサラダ  牛乳	<b>5</b> ごはん いもだんご汁 さばのみぞれ煮 とりささみの和え物  牛乳
<b>8</b> 	<b>9</b> 焼きそば ワンタンスープ たこ焼き  牛乳	<b>10</b> ごはん 肉みそおでん もやしのカレー味サラダ  牛乳	<b>11</b> 黒糖パン 豆シチュー ほうれん草オムレツ キャベツとみかんのサラダ  牛乳	<b>12</b> ごはん じゃがいものみそ汁 肉だんご ほうれん草のごま和え  牛乳
<b>15</b> いりこ菜ごはん 厚揚げのみそ汁 焼き春巻き 水菜の中華和え  牛乳	<b>16</b> 和風スパゲッティ フライドポテトサラダ チーズワッフル  牛乳	<b>17</b> ポークカレーライス コーンサラダ  牛乳	<b>18</b> まるパン 白菜と卵のスープ チキンカツ ラーメンサラダ  牛乳	<b>19</b> ごはん えのきのみそ汁 大根のそぼろ煮 キムチ風味サラダ  牛乳
<b>22</b> ごはん マーボーじゃが 海鮮しゅうまい もやしのゆかり和え  牛乳	<b>23</b> 塩ラーメン コーンフライ レモンゼリー  牛乳	<b>24</b> ごはん わかめのみそ汁 信田煮 春雨サラダ  牛乳	<b>25</b> ミルクパン きのこスープ てりやきチキン 粉ふきいも  牛乳	<b>26</b> ゆりねごはん 根菜のごま汁 鮭のもみじ焼き 栗クレープ ジョア
<b>29</b> ごはん 具だくさん汁 さんまのおかか煮 切り干し大根の炒め煮  牛乳	<b>30</b> かしわうどん 焼きいも ヨーグルト  牛乳	<b>31</b> オムライス(ケチャップ) ウイナースープ イタリアンサラダ  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・じゃがいも・キャベツ・白菜・かぼちゃ・にんじん・ゆりね です。)