

10月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
<p>1 ごはん 牛乳 みそ汁 豚肉の生姜炒め 野菜のごまあえ</p> 	<p>2 五目みそラーメン 牛乳 焼きようざ (小・中 2個) ぎょうざのたれ (ボトル) ココアワッフル</p> 	<p>3 ごはん 牛乳 けんちん汁 鶏肉のみそマヨ炒め 和風あえ</p> 	<p>4 ごはん 牛乳 みそ汁 さんま削りぶし煮 ひじきと根菜の甘辛煮</p> 	<p>5 卵パン 牛乳 クリームシチュー キャベツメンチカツ りんご</p> 
<p>8</p> <p>体育の日</p> 	<p>9 スパゲティナポリタン 牛乳 ほうれん草オムレツ アーモンドミニフィッシュ</p> 	<p>10 麦入りごはん 牛乳 チキンカレー 福神漬 ブルーベリーゼリー</p> 	<p>11 ごはん 牛乳 みそ汁 ビーフの肉じゃがコロッケ 大豆のいそ煮</p> 	<p>12 クリームパン 牛乳 野菜と豆のスープ ポテト包み焼 ツナサラダ</p> 
<p>15 ごはん 牛乳 すまし汁 さばのみそ煮 含め煮</p> 	<p>16 カレーうどん 牛乳 かしわ天 アセロラゼリー</p> 	<p>17 ごはん 牛乳 ピリ辛肉みそ丼 みそ汁 おひたし</p> 	<p>18 ごはん 牛乳 わかめスープ しゅうまい (小・中 2個) ホイコーロー</p> 	<p>19 黒糖パン 牛乳 リーキのクリーム煮 味付肉団子 (小・中 2個) ウインナーとコーンのカレー炒め</p> 
<p>22 ごはん 牛乳 つみれ汁 厚焼たまご いりどり</p> 	<p>23 塩ラーメン 牛乳 焼栗コロッケ ソファール元気ヨーグルト</p> 	<p>24 麦入りごはん 牛乳 ポークカレー 豆乳プリンとフルーツのあえもの</p> 	<p>25 ごはん 牛乳 みそおでん あじフライ (ソースボトル) せん切りキャベツ</p> <p>写真はありません</p>	<p>26 ミルクパン 牛乳 ミートボールスープ クリスピーチキン 大根サラダ</p> 
<p>29 ごはん 牛乳 ふりかけ みそ汁 いわしの梅煮 切干大根の煮物</p> 	<p>30 きのかうどん 牛乳 ちくわいそべ天ぷら レモンゼリー</p> 	<p>31 ごはん 牛乳 あさり汁 かぼちゃ型ハンバーグ (トマトケチャップボトル) ごぼうサラダ</p> 		

※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、人参、じゃがいも、長ねぎ、キャベツ、リーキ、ごぼうです。)