10月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
			1　バターパン パンプキンシチュー ほうれん草オムレツ フレンチドレッシングサラダ 牛乳	2　ごはん わかめのみそ汁 肉だんご 切り干し大根の和え物 牛乳
				
5　ごはん じゃがいものみそ汁 さばのみぞれ煮 もやしのカレー味サラダ 牛乳	6　焼きそば 中華スープ きなこプリン 牛乳	7　わかめごはん 玉ねぎのみそ汁 信田煮 こんにゃくきんぴら 牛乳	8　あずきパン ウインナースープ チキンナゲット マッシュポテト 牛乳	9　タコライス えびボールスープ コーンサラダ NEEDSのさきさきチーズ 牛乳
				
12 **スポーツの日**	13 和風スパゲッティ ハムサラダ さつまいもチップス 牛乳	14 切り干し大根のまぜごはん 厚揚げのみそ汁 海鮮しゅうまい 牛乳	15　ホットドッグ （コッペパン・ウインナー・ケチャップ） オニオンスープ スパゲッティサラダ 牛乳	16 チキンカレーライス 枝豆サラダ 牛乳
				
19　ごはん わかめスープ 焼きぎょうざ もやしの塩中華サラダ 牛乳	20 まくべつの恵みうどん インカのめざめとチーズのサラダ 十勝大福の黒糖まんじゅう 牛乳	21　ごはん マーボーじゃが 春雨サラダ 牛乳	22　たまごパン コンソメスープ かぼちゃグラタン 杏仁フルーツ 牛乳	23 さつまいもごはん けんちん汁 いわしの梅煮 こまつなのおひたし 牛乳
				
26　ごはん もずくのみそ汁 肉じゃが ちくわのいそ和え 牛乳	27 しょうゆラーメン コーンフライ マスカットゼリー 牛乳	28　中華丼 もやしのナムル 牛乳	29 まるブランパン コーンスープ ミートローフ マカロニサラダ 牛乳	30　エビピラフ ひよこ豆のスープ かぼちゃコロッケ 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、豚肉、じゃがいも（メークイン、インカのめざめ）、玉ねぎ、かぼちゃ、キャベツ、白菜、長ネギ、大根です。）