10月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
			1 牛乳 ごはん わかめスープ 麻婆豆腐 中華サラダ	2 牛乳 シャキシャキピタパンサンド ピタパン・藤原さんのレタス どろ豚ひき肉のカレー炒め NEEDSのさきさきチーズ ABCマカロニスープ
				
5 牛乳 ごはん 豆腐のすまし汁 いわしの生姜煮 3色きんぴら	6 牛乳 和風スパゲティ 白玉いちごソースかけ	7 牛乳 ごはん みそ汁 メンチカツ もやし炒め	8 牛乳 アスリートチキンカレー （麦入りごはん） コーンソテー	9 牛乳 卵パン ブルーベリージャム トマトスープ ハッシュポテト カラフルサラダ
				
12 スポーツの日	13 牛乳 ペンネナポリタン ツナサラダ	14 牛乳 ごはん みそ汁 豚肉の生姜炒め 白菜サラダ	15 牛乳 さつまいもごはん かぼちゃだんご汁 鮭フライ おひたし	16 牛乳 ブランパン ポークシチュー チキンナゲット おさかなソテー
				
19 牛乳 ごはん はるさめスープ たれつき肉だんご 炒めナムル	20 牛乳 まくべつの恵みうどん （うどん） ニンジンマヨサラダ 十勝大福の黒糖まんじゅう	21 牛乳 ポークカレーライス （麦入りごはん） カラフルソテー	22 牛乳 ごはん みそ汁 からあげ キャベツと玉ねぎのサラダ	23 牛乳 セルフコロッケバーガー 横切りコッペパン カニクリームコロッケ キャベツ・ソース（個袋） コンソメスープ
				
26 牛乳 ごはん みそ汁 白身魚フライ なめたけあえ	27 牛乳 まく学ルーロー麺 （焼きそば麺） 杏仁豆腐	28 牛乳 青菜ごはん さつま汁 厚焼きたまご 厚揚げの炒め煮	29 牛乳 ごはん 根菜汁 ミニチキン 和風ドレッシングサラダ	30 牛乳 チョコチップパン パンプキンポタージュ ハンバーグソースかけ ポテトチーズ煮
				

※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、じゃがいも・ごぼう、キャベツ、レタス、玉ねぎ、人参、リーキ、白菜です。）