

10月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
3 ごはん しめじのみそ汁 いわしのみぞれ煮 こんにやくきんぴら 牛乳	4 肉うどん ごまポテトサラダ アーモンドフィッシュ 牛乳	5 ごはん 中華スープ 海鮮しゅうまい 春雨サラダ 牛乳	6 ミルクパン ウインナースープ メンチカツ マカロニサラダ 牛乳	7 チキンカレーライス 杏仁フルーツ 牛乳
10 スポーツの日	11 スパゲッティナポリタン ハムサラダ プリン 牛乳	12 ごはん 玉ねぎのみそ汁 さばのカレー焼き ちくわのいそ和え 牛乳	13 チーズパン ミネストローネ チキンナゲット フレンチドレッシングサラダ 牛乳	14 ごはん マーボーじゃが やきぎょうざ 牛乳
17 親子丼 もずくのみそ汁 もやしのカレー味サラダ 牛乳	18 みそラーメン コーンフライ レモンゼリー 牛乳	19 ごはん じゃがいものみそ汁 信田煮 とりささみの和え物 牛乳	20 ごまパン コンソメスープ ミートローフ ミックスフルーツ 牛乳	21 ごはん 豚汁 五目厚焼きたまご 切り干し大根の和え物 牛乳
24 いりこ菜ごはん 根菜のみそ汁 とり肉のおろしソース 牛乳	25 あんかけ焼きそば もやしのナムル ベビーチーズ 牛乳	26 ごはん わかめスープ 焼き春巻き 白菜の中華和え 牛乳	27 コッペパン パンプキンシチュー 肉だんごケチャップ味 コーンサラダ 牛乳	28 五目ごはん ゆりねのごま汁 きのこソースオムレツ 和梨ゼリー 牛乳
31 ごはん なめこのみそ汁 肉じゃが くきわかめの和え物 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、たまねぎ・ジャガイモ・長いも・豚肉です。)