

10月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
2 ごはん わかめスープ 焼き春巻き もやしのナムル 牛乳	3 和風スパゲッティ コーンサラダ さつまいもチップス 牛乳	4 ごはん・ひじきのり じゃがいもみそ汁 さばのみそ煮 もやしのカレー味サラダ 牛乳	5 たまごパン ウインナースープ 肉だんごケチャップ味 イタリアンサラダ 牛乳	6 切り干し大根のませごはん 長いのみそ汁 海鮮しゅうまい 牛乳
9 スポーツの日	10 かしわうどん ごまポテトサラダ アーモンドフィッシュ 牛乳	11 中華丼 ささみの香味塩サラダ ぶどうゼリー 牛乳	12 コッペパン パンプキンシチュー プレーンオムレツ キャベツと豆のサラダ 牛乳	13 ごはん 豆腐のみそ汁 信田煮 豚肉のごまみそ炒め 牛乳
16 ごはん えびボールスープ 焼きぎょうざ 春雨サラダ 牛乳	17 しょうゆラーメン コーンフライ ベビーチーズ 牛乳	18 五目ごはん ゆりねのごま汁 いわしのみぞれ煮 和梨ゼリー 牛乳	19 ごまパン コンソメスープ ハンバーグ こまつなソテー 牛乳	20 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
23 ごはん 豚汁 厚焼きたまご 水菜のいそ和え 牛乳	24 焼きそば 中華スープ チーズはんぺんフライ 牛乳	20 ごはん もずくのみそ汁 てりやきチキン 切り干し大根の和え物 牛乳	21 チョコチップパン オニオンスープ チキンナゲット コールスローサラダ 牛乳	22 チキンカレーライス 杏仁フルーツ 牛乳
30 エビピラフ ミートボールスープ ポテトコロケ 牛乳	31 スパゲッティナポリタン ハムのマリネ ヨーグルト 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、玉ねぎ、キャベツ、人参、大根、長いも、ごぼう、長ネギ、ゆり根です。)