

# 10月 こんだてひょう

月	火	水	木	金
<b>2</b> 牛乳 わかめごはん 根菜汁 いわしの梅煮 もやしの和風炒め	<b>3</b> 牛乳 ミートスパゲティ (スパゲティ) ゼリー入りフルーツ白玉	<b>4</b> 牛乳 ごはん 豆腐のすまし汁 厚焼きたまご じゃがいもの鶏そぼろ煮	<b>5</b> 牛乳 豚丼 (ごはん) みそ汁 白菜サラダ	<b>6</b> 牛乳 コッペパン 白菜のクリームスープ チキンのトマト煮 コーンサラダ
				
<b>9</b>  スポーツの日	<b>10</b> 牛乳 きのこうどん (うどん) ブルーベリーゼリー和え	<b>11</b> 牛乳 ごはん 鶏だんご汁 メンチカツ はっばサラダ	<b>12</b> 牛乳 ごはん きのこの中華スープ 麻婆豆腐 大根のごまマヨ和え	<b>13</b> 牛乳 クリームパン オニオンスープ ポテトのチーズ煮 コールスローサラダ
				
<b>16</b> 牛乳 ごはん すいとん汁 鶏肉の生姜炒め グリーンサラダ	<b>17</b> 牛乳 あんかけ焼きそば (焼きそば) パインヨーグルト	<b>18</b> 牛乳 ポークカレーライス (麦入りごはん) フレンチサラダ	<b>19</b> 牛乳 ごはん はるさめスープ 焼きぎょうざ 鶏肉のみそマヨ炒め	<b>20</b> 牛乳 卵パン ホワイトシチュー 野菜コロケ カラフルソテー
				
<b>23</b> 牛乳 ごはん みそ汁 ひき肉じゃが ぶどうゼリー和え	<b>24</b> 牛乳 みそラーメン (ラーメン) キャラメル揚げパン	<b>25</b> 牛乳 枝豆そぼろ丼 (ごはん) けんちん汁 青りんごゼリー	<b>26</b> 牛乳 ごはん ワンタンスープ 春巻 もやしの中華炒め	<b>27</b> ジョアプレーン かぼちゃパン ポテトコンソメスープ パンプキンハンバーグ マカロニサラダ
				
<b>30</b> 牛乳 ごはん みそ汁 ねぎたま焼 厚揚げの炒め煮	<b>31</b> 牛乳 スパゲティクリームソース (スパゲティ) カラフルサラダ			
				

※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・玉ねぎ・人参・キャベツです。)