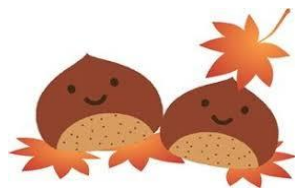




のこんだて



<10月1日(木)~10月30日(金)>

月	火	水	木	金
 *こんだてめいのうしろに「アレルギー」の ひょうじをしています。			10月1日 ごはん ぎゅうにゅう あげどりのねぎだれかけ ちゅうかスープ えだまめ	10月2日 ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのごまみそやき ふきよせに やきのり
10月5日 おさつパン ぎゅうにゅう けいにくのチリソースやき やきぶたのスープ ツナとさんどまめのいためもの	10月6日【だいずじょきょ】 もずくとぶたひきにくのジュシー ぎゅうにゅう じゃがいものみそしる やきれんこん	10月7日 こくとうパン ぎゅうにゅう けいにくとさつまいものシチュー はくさいのピクルス りんごのコンポート	10月8日 ごはん ぎゅうにゅう みそカツ（こめこカツ） じゃがいもとやさいのにもの ほうれんそうのおひたし（かつおぶし）	10月9日 ごはん ぎゅうにゅう さけのゆずじょうゆかけ みそしる こうやどうふのいりに
10月12日 	10月13日 コッペパン（いちごジャム） ぎゅうにゅう いわしフライ【こむぎ】 カレースープ ベーコンとごぼうのソテー	10月14日【たまごじょきょ】 ちゅうかどんぶり【たまご】 ぎゅうにゅう あつあげのピリからじょうゆかけ おうとう（かんづめ）	10月15日 こくとうパン ぎゅうにゅう なすのミートグラタン けいにくとキャベツのスープ ダイスゼリー（みかん）	10月16日 ごはん ぎゅうにゅう わふうハンバーグ ごもくじる きんときまめのにもの
10月19日 ごはん ぎゅうにゅう けいにくのあまからやき かぼちゃのみそしる おかかなっぱ	10月20日 コッペパン（バター） ぎゅうにゅう しろみざかなフリッター【こむぎ】 スープ さんどまめとコーンのサラダ	10月21日 だいずいりキーマカレーライス ぎゅうにゅう キャベツのひじきドレッシング みかん	10月22日 こくとうパン ぎゅうにゅう タンタンめん【こむぎ】 キャベツのちゅうかだれかけ いりくろまめ	10月23日 レーズンパン ぎゅうにゅう ぶたにくのガーリックやき コーンスープ ヨーグルト【にゅう】
10月26日 ごはん ぎゅうにゅう プルコギ トック もやしのナムル	10月27日 コッペパン（みかんジャム） ぎゅうにゅう ピリからに だいがくいも きゅうりのちゅうかあえ	10月28日 ごはん ぎゅうにゅう ほっけのおろしじょうゆかけ ぶたじる くきわかめのつくだに	10月29日 ミニコッペパン ぎゅうにゅう イタリアンスパゲッティ【こむぎ】 サワーキャベツ スイートポテト	10月30日 ポークカレーライス ぎゅうにゅう ほうれんそうのソテー ようなし（かんづめ）