



10月 きゅうしょく

日	ようび	パンまたはごはん	ジャムやバター等	除去食	ぎゅうにゅう	おかず
1	水	ごはん			牛乳	ぶたにくのうめふうみやき ふきよせに くきわかめのつくだに
2	木	ごはん			牛乳	さごしのみぞれかけ かぼちゃのみそしる えだまめ
3	金	こくとうパン			牛乳	タンタンめん おさつチップス キャベツのあますづけ
6	月	ごはん			牛乳	あかうおのしょうゆだれかけ ぶたじる きゅうりのゆずふうみ
7	火	コッペパン	みかんジャム		牛乳	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
8	水	ごはん			牛乳	ブルコギ トック もやしのナムル
9	木	ごはん			牛乳	みそかつ じゃがいもとやさいのにもの やきのり
10	金	ミニコッペパン			牛乳	イタリアンスパゲッティ サワーキャベツ カレーフィッシュ
14	火	ごはん			牛乳	わふうハンバーグ ごもくじる きんときまめのにもの
15	水	こくとうパン			牛乳	まぐろのオーロラに スープ さんどまめとコーンのサラダ
16	木	ごはん			牛乳	だいすいりキーマカレーライス キャベツのひじきドレッシング わなし(カットかん)
17	金	ごはん			牛乳	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
20	月	おさつパン			牛乳	ちゅうかに だいがくいも あっさりきゅうり
21	火	ごはん			牛乳	ポークカレーライス ほうれんそうのソテー おうとう(かん)
22	水	コッペパン	ブルーベリージャム		牛乳	かつおのガーリックソースかけ ウインナーとじゃがいものスープ キャベツのサラダ
23	木	ごはん			牛乳	けいにくのゆずしおやき ソーキじる ツナだいすそぼろ
24	金	ごはん		たまご	牛乳	ちゅうかどんぶり あつあげのちゅうかだれかけ みかん
27	月	パンプキンパン			牛乳	けいにくのカレーふうみやき スープに やさいのソテー
28	火	ごはん		だいす	牛乳	もずくとぶたひきにくのジューシー じゃがいものみそしる やきれんこん
29	水	こくとうパン			牛乳	ぶたにくのガーリックやき コーンスープ きゅうりのバジルふうみサラダ
30	木	ごはん			牛乳	とりてん どさんこじる まっちやだんご
31	金	コッペパン	いちごジャム		牛乳	なすのミートグラタン けいにくとキャベツのスープ りんご

※ よていですでのかわることがあります。