

10月31日

キーマカレー、のむヨーグルト、かぼちゃコロッケ、キャベツのサラダ



10月30日

ぎゅうにゅう、ごはん、たまごやき、のりあえ、とりすき



10月27日

のむヨーグルト、ごはん、チキンなんばん、さつまじる、にんじんしりしり



10月26日

ぎゅうにゅう、コッペパン、カップグラタン、チキンマリネ、ポトフ



10月25日

ぎゅうにゅう、おにぎり、さばのしょうがあげ、わかめうどん、きゅうりのごましおあえ



10月24日

のむヨーグルト、にくみそどんぶり、ビーフンスープ、あじのあます



10月23日

ぎゅうにゅう、ごはん、さんまのかばやきふう、にくじゃが、しおぼんずあえ



10月20日

のむヨーグルト、わかめごはん、ちくわのいそべあげ、ぶたにくとやさいのにももの、おひたし



10月19日

ぎゅうにゅう、コッペパン、ハンバーグ、かきたまスープ、ツナサラダ



10月18日

ぎゅうにゅう、ごはん、とりにくのからあげ、ごまあえ、すましじる



10月17日

ちゅうかどんぶり、のむヨーグルト、しろみざかなフライ、フルーツミックス



10月16日

ぎゅうにゅう、ごはん、たちうおのしおやき、いそに、ゆずあえ





10月13日

のむヨーグルト、ごはん、はるまき、ナムル、キムチ豆腐



10月12日

ぎゅうにゅう、コッペパン、ミニウインナー、キャベツのソテー、ブラウンシチュー



10月11日

ぎゅうにゅう、ごはん、やきししゃも、ぶたにくときりぼしだいこんのいためもの、とりだんごじる、ひとくちゼリー



10月10日

のむヨーグルト、ごはん、れんこんのはさみあげ、とうふのみそしる、おかかあえ



10月6日

のむヨーグルト、ごはん、ぶたにくとピーマンのいためもの、とりにくとだいこんのしょうがに、さつまいもてんぷら



10月5日

ぎゅうにゅう、コッペパン、とりにくのオレンジソース、グリーンサラダ、クリームシチュー



10月4日

ぎゅうにゅう、げんりょうごはん、にくやさしいため、しょうゆラーメン



10月3日

のむヨーグルト、ごはん、さばのしおやき、ごもくに、いりどうふ

