

10月31日

ぎゅうにゅう、ハヤシライス、かぼちゃのコロッケ、キャベツのサラダ



10月28日

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



10月27日

ぎゅうにゅう、おさつロール、やさしいりオムレツ、チキンマリネ、カレーポトフ



10月26日

ぎゅうにゅう、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25日

ぎゅうにゅう、きのこたっぷりにくみそどんぶり、ビーフンスープ、あじのからあげ



10月24日

のむヨーグルト、ごはん、さんまのてりやき、にくじゃが、のりあえ



10月21日

ぎゅうにゅう、ゆかりごはん、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20日

ぎゅうにゅう、こくとうパン、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19日

ぎゅうにゅう、ごはん、いかのレモンふうみ、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18日

ぎゅうにゅう、ごはん、はるまぎ、ナムル、キムチどうぶ



10月17日

ぎゅうにゅう、ごはん、たちうおのしおやき、ゆずあえ、いそに



10月14日

ぎゅうにゅう、ちゅうかどんぶり、しろみざかなフライ、フルーツミックス



10月13日

ぎゅうにゅう、ランチパン、ハンバーグ、ツナサラダ、たまごいりやさいスープ



10月12日

ぎゅうにゅう、ごはん、とりにくのからあげ、おかかあえ、すましじる



10月11日

ぎゅうにゅう、ごはん、やきししゃも、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



10月7日

ぎゅうにゅう、ごはん、さばのしおやき、チンゲンサイのいためもの、ごもくに



10月6日

ぎゅうにゅう、オリーブパン、ミニウインナー、キャベツのソテー、こめこキーマカレー



10月5日

ぎゅうにゅう、ごはん、れんこんのはさみあげ、しおぼんずあえ、とうふのみそしる



10月4日

ぎゅうにゅう、げんりょうごはん、ふたにくのたつたあげ、ポテトサラダ、えのきとわかめのスープ

