

10月30日

牛乳、カレーライス、ツナサラダ、フルーツミックス



10月29日

牛乳、ご飯、春雨スープ、チキン南蛮、チンゲンサイのソテー



10月28日

牛乳、ご飯、関東煮、太刀魚のピリ辛だれ、お浸し



10月27日

牛乳、ご飯、すまし汁、秋刀魚のかば焼き風、塩こうじ和え



10月26日

牛乳、かやくご飯、鶏すき、みそカツ、柚子和え



10月23日

牛乳、ご飯、南瓜のポタージュ、焼きフルーツ、チキンソテー



10月22日

牛乳、ご飯、根菜のみそ汁、和風ハンバーグ、おかかあえ



10月21日

牛乳、ご飯、わかめスープ、テジプルコギ、ごま団子



10月20日

牛乳、ご飯、野菜スープ、鶏肉のバーベキューソース、米粉マカロニのサラダ



10月19日

牛乳、おにぎり、カレーうどん、ししゃもの天ぷら、白菜のたいたん



10月16日

牛乳、豚丼、赤だし、さつまいもの天ぷら



10月15日

牛乳、ご飯、韓国風すきやき、春巻き、ビーフンの炒め物



10月14日

牛乳、ご飯、ミネストローネ、蓮根のはさみ揚げ、大根サラダ



10月13日

牛乳、中華丼、肉まん、れんこんチップス



10月12日

牛乳、ご飯、けんちん汁、鯖の塩焼き、辛子和え



10月9日

牛乳、ご飯、卵スープ、鶏肉のカシューナッツ炒め、ナムル



10月8日

牛乳、豚丼、赤だし、さつまいもの天ぷら



10月7日

牛乳、ご飯、韓国風すきやき、春巻き、ビーフンの炒め物



10月6日

牛乳、ご飯、マセドアンスープ、鮭フライ、ポテトサラダ



10月5日

牛乳、ハヤシライス、ハンバーグ、甘夏みかん（缶）



10月2日

牛乳、ご飯、磯煮、鱈フライ、ごま和え



10月1日

牛乳、おにぎり（個包装）、揚げしゅうまい、ちゃんぽん、スイートポテト

