

10月31日

コーヒー牛乳、ご飯、南瓜のポタージュ、焼きフルト、チキンソテー



10月30日

牛乳、かやくご飯、うどんすき、みそかつ、柚子和え



10月29日

牛乳、ご飯、わかめスープ、デジプルコギ、ごま団子



10月28日

牛乳、ご飯、すまし汁、秋刀魚のかりん揚げ、塩こうじ和え



10月25日

牛乳、ご飯、根菜の味噌汁、和風ハンバーグきのこソースがけ、お浸し



10月24日

牛乳、カレーライス、ドレッシングサラダ、ぶどう



10月23日

牛乳、おにぎり、ちゃんぽん、揚げ餃子、いかキムチ、スイートポテト



10月21日

牛乳、ご飯、関東煮、太刀魚のピリ辛だれ、おなか和え



10月16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15日

牛乳、ご飯、手作りひじきふりかけ、けんちん汁、鯖の塩焼き、辛子和え



10月11日

牛乳、豚丼、赤だし、さつま芋天ぷら



10月10日

牛乳、ご飯、野菜スープ、鶏肉のバーベキューソース、米粉マカロニサラダ、ブルーベリーヨーグルト



10月9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8日

牛乳、ハヤシライス、ほうれん草のソテー、フルーツミックス



10月7日

牛乳、ご飯、韓国風すき焼き、春巻き、ビーフンの炒め物



10月4日

牛乳、ご飯、磯煮、鱈フライ、胡麻和え



10月3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、タルタルソース



10月2日

牛乳、中華丼、肉まん、蓮根チップス

