



こんだてひょう!



月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ メンチカツ ・ 青梗菜のオイスター炒め ・ おからサラダ ・ くずし豆腐のスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ ほうれん草のクリームコーングラタン ・ キャベツとソーセージ煮 ・ カミカミサラダ ・ ブラウンシチュー 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 中華どんぶり ・ イワシハンバーグ ・ かぼちゃ煮 ・ 切干大根のナムル 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 里芋と豚肉の中華風煮込み ・ きんぴらごぼう ・ 大豆兄弟のごま和え ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ パン ・ さばのタンドリー風 ・ キャベツのバター醤油炒め ・ かぼちゃサラダ ・ スープ
メダルクッキー	豆腐入りお好み焼き	♡スイートポテト大福	リンゴのコロコロゼリー	小松菜そぼろおにぎり
9	10	11	12	13
<p>お休み</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ レバーのケチャップ和え ・ 里芋の中華炒め ・ リンゴのサラダ ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ きのことスパゲッティ ・ 鮭大根 ・ さつまいもの白和え ・ スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 夕焼けごはん ・ 豆腐ときのこと煮 ・ 小松菜の中華炒め ・ コロコロサラダ ・ すまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ さわらの野菜あんかけ ・ 里芋の煮物 ・ ごぼうとささみの和え物 ・ みそ汁
	ホットケーキ	栗ごはん	サンドイッチ	芋ようかん
16	17☆誕生会	18	19	20
<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 鮭のちゃんちゃん焼き ・ さつまいもの甘煮 ・ ほうれん草の中華和え ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ さつまいもカレー ・ サクサクれんこんつくね ・ コーンキャベツ ・ 和風サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 高野豆腐の煮物 ・ 春雨炒め ・ もやしとひじきと大豆の和え物 ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ゴマダレタンタンうどん ・ さばのケチャップ焼き ・ ジャが芋のクリームコーン煮 ・ ブロッコリーときのことサラダ 	<p>お弁当の日</p> 
チーズクッキー	ドーナツ	芋チーズまん	焼きおにぎり	キャロットマフィン
23	24	25	26	27
<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ サンマ焼き ・ 酢の物 ・ 豚汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 鶏肉と秋野菜のクリーム煮 ・ ジャが芋のそぼろ炒め ・ キャベツの中華サラダ ・ きのこと汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ちゃんぽんめん ・ 豆腐でミートボール ・ 里芋じゃこバター ・ ほうれん草と納豆あえ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ おにぎり ・ れんこんと豚肉の炒め煮 ・ ブロッコリーとサツマイモ和え ・ ちゃんこ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ アイガモ米ごはん ・ 鮭のフライ ・ れんこんのみそチーズ焼き ・ 白菜のごま和え ・ みそ汁
♡みたらし団子	リンゴケーキ	大学芋	和風ラスク	きのこピザ
30	31			
<ul style="list-style-type: none"> ・ 五穀ごはん ・ 大豆と鶏肉のみそ炒め ・ 切干大根煮 ・ キャベツの塩昆布ナムル ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ きのことさんまの秋ごはん ・ 厚揚げのそぼろ煮 ・ 人参とパプリカのソテー ・ 小松菜のごま酢和え ・ みそ汁 			
さつまいもコロッケ	かぼちゃパイ			

※ 毎日食事にはフルーツが付きます。

※ 魚は変更になることがあります。

※ おやつ時には牛乳またはお茶を飲みます。

※ ♡の日でもも組は別のおやつを出す場合があります。