

10月献立カレンダー

	月	火	水	木	金
	2日	3日	4日	5日	6日
	ごはん 筑前煮 小松菜の塩昆布和え みそ汁・バナナ マカロニきな粉	ごはん タラのクリームコーン焼き レタスときゅうりのサラダ コンソメスープ 豆乳スイートパンプキン	ごはん ホイコーロー チンゲン菜のナムル 中華スープ もちもちじゃがチーズ	ごはん 鮭の塩こうじ焼き 切干大根の甘酢和え すまし汁 スイートポテト	ごはん カレーのパン粉焼き ラタトゥイユ コンソメスープ お誕生日ケーキ
	9日	10日	11日	12日	13日
		肉うどん じゃがいもの青のり炒め オレンジ 枝豆おにぎり	ごはん 肉団子の甘酢あん ほうれん草とコーンのナムル 中華スープ ごまクッキー	ロールパン タンドリーチキン ブロッコリーのツナマヨ和え コンソメスープ・りんご おふラスク	高野豆腐丼 かぼちゃの天ぷら みそ汁 ウインナーパイ
	16日	17日	18日	19日	20日
	ごはん 肉野菜炒め さつまいものレモン煮 すまし汁 レーズン蒸しパン	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ コンソメスープ チーズケーキ	ごはん 赤魚の味噌煮 ちくわともやしの磯和え けんちん汁・バナナ きなこサンド	ごはん 豚肉のしょうが焼き 小松菜のしらす和え みそ汁 さつまいもケーキ	ロールパン ハンバーグ トマトとツナのサラダ コーンスープ・オレンジ チーズおかかおにぎり
	23日	24日	25日	26日	27日
	ミートソーススパゲッティ ジャーマンポテト コンソメスープ りんご ブルーベリーヨーグルト	ごはん タラの梅味噌焼き 高野豆腐の煮物 すまし汁 メロンパン	ごはん 厚揚げのオイスター煮 バンサンスー 中華スープ あんバターサンド	ごはん タラのカレーフリッター ひじきの炒り煮 みそ汁 アップルパイ	ごはん 鮭の浸け焼き ツナ大豆炒め みそ汁 いちごミルクプリン
	30日	31日			
	ごはん・バナナ 鶏肉のチーズ焼き ブロッコリーの彩りサラダ コンソメスープ 芋ようかん	ハロウィンカレー コールスローサラダ オレンジ かぼちゃクッキー			

