



9月3日(火)
コッペパン 牛乳
じゃがいものカレーいため
ごまあじいりこ
コールスローサラダ



9月4日(水)
ごはん 牛乳
けんちんじる
とりにくのからあげ
おひたし
みかんジュース



9月5日(木)
コッペパン 牛乳
コーンチャウダー
れんこんチップ
フレンチサラダ



9月6日(金)
メキシカンライス 牛乳
メキシカンズッキーニスープ
チキンファヒータ
チュロス



9月9日(月)
ごはん 牛乳
かきたまじる
ちくわのいそべあげ
きりぼしだいこんのサラダ



9月10日(火)
コッペパン 牛乳
ポトフ
とりにくのピリからやき
ミニトマト



9月11日(水)
さけわかめごはん 牛乳
ふしめんじる
たちうおのたつたあげ
ごまあえ
みかんジュース



9月12日(木)
パン 牛乳
レタスとたまごのスープ
チリコンカン
ぶどう



9月13日(金)
ごはん 牛乳
ビビンバ
ちゅうかのスープ
いかのさらさあげ



9月17日(火)
くりごはん 牛乳
いもたき
だいずかりんとう
きゅうりとわかめのすのもの
おつきみゼリー



9月18日(水)
ごはん 牛乳
いよこくみそしる
わかどりのしおこうじやき
アーモンドあえ
みかんジュース



9月19日(木)
げんりょうコッペパン 牛乳
きのこのスパゲティ
かみかみサラダ
なし



9月20日(金)
ごはん 牛乳
カレー
チキンカツ
キャベツのあえもの



9月24日(火)
ごはん 牛乳
はっぼうさい
きゅうりとだいこんのピリから
フルーツレモンゼリー



9月25日(水)
ごはん 牛乳
さわにわん
さばのみそやき
こまつなのマヨネーズいため
みかんジュース



9月26日(木)
こめこパン 牛乳
さつまいものクリームシチュー
レモンハーブチキン
かいそうサラダ



9月27日(金)
ごはん 牛乳
すいぎょうざ
だいがくいも
ナムル



9月30日(月)
ごはん 牛乳
とりごぼうどんぶり
わかめスープ
ゆずみそあえ



10月1日(火)
ごはん 牛乳
にゅうめん
レタスのひきにくいため
ごまずあえ



10月2日(水)
げんりょうごはん 牛乳
にくうどん
たちうおのてんぷら
3しょくあえ



10月3日(木)
バターパン 牛乳
ちゅうかスープ
チキンのガーリックソテー
レモンサラダ



10月4日(金)
救給カレー 牛乳
じゃがいものやきにくふう
きゅうりとだいこんのナムル

~~ごはん~~
~~キムチあえ~~



10月7日(月)
ごはん 牛乳
しらたまじる
あげだしどうふ
はくさいのこんぶあえ



10月8日(火)
ごはん 牛乳
ワンタンスープ
いかのからあげ
キムチあえ



10月9日(水)
ごはん 牛乳
さといものそぼろに
さばのみそに
そくせきづけ



10月10日(木)
コッペパン 牛乳
パンプキンポタージュ
レバーバーベキューソース
グリーンサラダ
ブルーベリージャム



10月11日(金)
すしめし 牛乳
わかめじる
てまきのぐ
ぶどう
てまきのり



10月15日(火)
コッペパン 牛乳
コーンスープ
えびのフリッター
ごまドレッシングサラダ



10月16日(水)
エッグカレー 牛乳
くきわかめのサラダ
ふくじんづけ



10月17日(木)
コッペパン 牛乳
キャベツとベーコンのスープ
わかどりのオレンジソースかけ
ポテトサラダ



10月18日(金)
げんまいごはん 牛乳
いよこくみそしる
ぶたにくのかりんあげ
きゅうりづけ



10月21日(月)
ごはん 牛乳
たまごとのらのスープ
てづくりシュウマイ
ばんさんすう



10月22日(火)
げんりょうコッペパン 牛乳
ビーフンいため
さけのレモンあえ
せんぎりサラダ



10月23日(水)
ごはん 牛乳
はるさめスープ
チンジャオロース
りんご



10月24日(木)
げんりょうコッペパン 牛乳
ミートスパゲティ
きなこまめ
ツナサラダ



10月25日(金)
ごはん 牛乳
こんさいぶたじる
わかどりのこうみあげ
ひじきサラダ



10月28日(月)
ごはん 牛乳
おでん
ナッツごぼう
はくさいのゆずあえ



10月29日(火)
コッペパン 牛乳
ミネストローネ
てりやきチキン
かぼちゃサラダ



10月30日(水)
ごはん 牛乳
マーボー豆腐
いりこのあまからに
かふうあえ



10月31日(木)
げんりょうコッペパン 牛乳
しおラーメン
たいのマリネ
もやしのサラダ



11月1日(金)
ごはん 牛乳
すきやき
きなこまめ
すだちふうみづけ



11月5日(火)
コッペパン 牛乳
ビーフンじる
チリコンカン
りんご



11月6日(水)
ごはん 牛乳
ドライカレー
キャベツとコーンのサラダ
ふくじんづけ



11月7日(木)
げんりょうコッペパン 牛乳
みそラーメン
ナッツいりこ
ごぼうサラダ



11月8日(金)
ごはん 牛乳
うおそうめんじる
れんこんきんぴら
ごまあじいりこ
ヨーグルト



11月11日(月)
ごはん 牛乳
かきたまじる
ぶたにくのかりんあげ
キャベツのあまずづけ



11月12日(火)
ろっこくごはん 牛乳
すいとん
とりにくとキャベツのいためもの
きゅうりとだいこんのピリからづけ



11月13日(水)
ごはん 牛乳
けんちんじる
ハモのからあげ
おひたし
あじつけのり



11月14日(木)
こめこパン 牛乳
えいようぞうすい
きりぼしだいこんのサラダ
みかん



11月15日(金)
ごはん 牛乳
いよこくみそじる
たいのマリネ
ゆでえだまめ



11月18日(月)
ゆかりごはん 牛乳
しっぽくうどん
いかのからあげ
きゅうりのこんぶあえ



11月19日(火)
ごはん 牛乳
にくじゃが
アーモンドあえ
てづくりふりかけ



11月20日(水)
ごはん 牛乳
ぶたじる
にこみハンバーグ
ゆずふうみづけ



11月21日(木)
コッペパン 牛乳
はるさめスープ
つくねあげ
もやしのナムル



11月22日(金)
ごはん 牛乳
さわにわん
さばのみそマヨやき
あおなのナッツあえ



11月25日(月)
ごはん 牛乳
ふしめんじる
さつまいものかきあげ
こまつなのおひたし



11月26日(火)
ごはん 牛乳
ワンタンスープ
ばんさんすう
いりこ



11月27日(水)
ごはん 牛乳
ちゃんこなべ
しゃぶしゃぶたサラダ
こおなごちりめん



11月28日(木)
コッペパン 牛乳
クリームシチュー
しょうゆドレッシングサラダ
ミニトマト



11月29日(金)
ごはん 牛乳
とりそぼろどんぶり
かきたまじる
ポテトサラダ



12月2日(月)
ごはん 牛乳
しらたまじる
とうふのかわりあげ
すのもの



12月3日(火)
コッペパン 牛乳
ポトフ
コールスローサラダ
だいずかりんとう



12月4日(水)
ごはん 牛乳
さわにわん
いそに
じゃこサラダ



12月5日(木)
げんりょうコッペパン 牛乳
ミートスパゲティ
だいこんサラダ
りんご



12月6日(金)
ごはん 牛乳
ちゅうかどんぶり
ウインナーとコーンのかきあげ
ゆかりあえ



12月9日(月)
ごはん 牛乳
けんちんじる
さばのみそに
ごまあえ



12月10日(火)
コッペパン 牛乳
チンゲンサイスープ
とりにくのからあげ
かいそうサラダ



12月11日(水)
ごはん 牛乳
さといもとだいこんのそぼろに
きゅうりのひしおあえ
きなこまめ



12月12日(木)
ごはん 牛乳
いよこくみそしる
さんまのアングレースソース
キャベツのあまずづけ



12月13日(金)
むぎごはん 牛乳
ポークカレー
くきわかめのサラダ
ゆでえだまめ



12月16日(月)
ごはん 牛乳
たまごとらのスープ
マーボーだいこん
あおなのナッツあえ



12月17日(火)
こくとうパン 牛乳
やさいスープ
とりにくのピリからいため
あっさりポテトサラダ



12月18日(水)
げんりょうわかめごはん 牛乳
カレーうどん
ちくわのいそべあげ
きゅうりづけ



12月19日(木)
コッペパン 牛乳
クリームに
ミモザサラダ
いりこのあまからに



12月20日(金)
ごはん 牛乳
かぼちゃのそぼろに
だいずとにぼしのあげに
ゆずふうみづけ



12月23日(月)
キムチごはん 牛乳
はるさめスープ
ホキのレモンあえ
ごまドレッシングサラダ



12月24日(火) A
コッパン 牛乳
ミネストローネ
じゃこカツ
せんきゃべツ
ソース
クリスマスデザート



12月24日(火) B
コッパン 牛乳
ミネストローネ
ボイルソーセージ
せんきゃべツ
ケチャップ
クリスマスデザート

