

平成28年10月 こんだて写真

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3日	4日	5日	6日	7日
				
①ごはん ②牛乳 ③すがたを変える大豆汁 ④ししゃも磯の香フライ ⑤フレンチサラダ	①食パン ②牛乳 ③チリコンカン ④秋色ジュレ ⑤スライスチーズ	①麦ごはん ②牛乳 ③ポークエッグカレー ④アーモンドサラダ	①ごはん ②牛乳 ③秋のみのり汁 ④なすとツナのチーズ焼き ⑤しそ味ひじき	①麦ごはん ②牛乳 ③うま煮 ④スタミナ納豆 ⑤りんごゼリー
10日	11日	12日	13日	14日
体育の日				
	①コッペパン ②牛乳 ③太平燕 ④れんこんサラダ ⑤みかん果汁 ⑥ブルーベリージャム	①ごはん ②牛乳 ③凍り豆腐の煮物 ④魚のカップ蒸し	①ごはん ②牛乳 ③筑前煮 ④干草焼き ⑤磯香サラダ	①麦ごはん ②牛乳 ③もずくのみそ汁 ④豚キムチどんぶり ⑤レモンゼリー
17日	18日	19日	20日	21日
				
①ごはん ②牛乳 ③春雨スープ ④揚げサバの韓国風 ⑤わかめともやしのナムル	①食パン ②牛乳 ③ミートボールシチュー ④切り干し大根サラダ	①七福米ごはん ②牛乳 ③さつま汁 ④ひじきのいり煮 ⑤薩摩の梅干し ⑥ヨーグルト	①ごはん ②牛乳 ③のっぺい汁 ④鮭の紅葉焼き ⑤きゃべつの塩昆布あえ	①麦ごはん ②牛乳 ③他人どん ④まごはやさしいサラダ
24日	25日	26日	27日	28日
				
①麦ごはん ②牛乳 ③マーボードウフ ④中華サラダ	①コッペパン ②牛乳 ③さつまいものクリームシチュー ④鶏肉のアップルソース ⑤きゃべつ	①ごはん ②牛乳 ③みそ汁 ④じゃがいもと豚肉の揚げ煮	①ごはん ②牛乳 ③ごぼう団子汁 ④きびなごのみそ田楽 ⑤大根いため	①チキンライス ②牛乳 ③野菜スープ ④ベーコンと野菜の炒めもの
31日				
				
①麦ごはん ②牛乳 ③牛肉の煮物 ④小松菜の卵とじ ⑤ハロウィンかぼちゃプリン				