

平成30年10月 こんだて写真

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 |
|--|---|--|---|---|
| 1日 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 |
|  |  |  |  |  |
| ①麦ごはん ②牛乳 ③サンラータン ④酢豚 | ①食パン ②牛乳 ③タイピーエン ④れんこんサラダ ⑤リンゴジャム | ①麦ごはん ②牛乳 ③筑前煮 ④豚みそ | ①さつま米ごはん ②牛乳 ③春雨スープ ④揚げさばの韓国風 ⑤わかめともやしのナムル | ①麦ごはん ②牛乳 ③冬瓜のみそ煮 ④カルちゃん佃煮 |
| 8日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 |
| 体育の日 |  |  |  |  |
| | ①バターパン ②牛乳 ③チリコンカン ④秋色ジュレ | ①さつま米ごはん ②牛乳 ③豚じゃが ④ごま酢あえ ⑤ブルーベリーゼリー | ①チキンライス ②牛乳 ③ラビオリスープ ④野菜ソテー | ①さつま米ごはん ②牛乳 ③鶏肉の煮込み ④春雨のカレーいため |
| 15日 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 |
|  |  |  |  |  |
| ①麦ごはん ②牛乳 ③親子丼 ④まごはやさしいサラダ | ①りんごパン ②牛乳 ③きのこスパゲティ ④ナッツサラダ | ①麦ごはん ②牛乳 ③里芋ともやしのみそ汁 ④そばろごはんの具 ⑤みかん | ①さつま米ごはん ②牛乳 ③凍り豆腐の煮物 ④魚のカップ蒸し | ①七福米ごはん ②牛乳 ③さつま汁 ④ひじきのいり煮 ⑤西郷梅 ⑥ヨーグルト |
| 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 |
|  |  |  |  |  |
| ①さつま米ごはん ②牛乳 ③中華スープ ④家常豆腐 | ①サンドパン ②牛乳 ③さつまいものシチュー ④鶏肉のアップルソース ⑤キャベツ | ①さつま米ごはん ②牛乳 ③寄せ鍋 ④こんにゃくとれんこんの ごまみそいため | ①さつま米ごはん ②牛乳 ③かき玉汁 ④3色レモン煮 | ①麦ごはん ②牛乳 ③黒潮カレー ④コールスローサラダ |
| 29日 | 30日 | 31日 | 1日 | 2日 |
|  |  |  |  |  |
| ①さつま米ごはん ②牛乳 ③根菜みそ汁 ④鶏のさっぱり煮 ⑤野菜ソテー | ①黒糖パン ②牛乳 ③煮込みうどん ④大豆入りアーモンドいりこ ⑤みかん | ①さつま米ごはん ②牛乳 ③のっぺい汁 ④魚のねぎ塩焼き ⑤即席あえ | | |