

# 令和2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
				
			①さつま米ごはん ②牛乳 ③月見汁 ④元気君カレー南蛮 ⑤お月見大福	①そぼろごはん ②牛乳 ③のっぺい汁 ④なすのみそいため
5日	6日	7日	8日	9日
				
①さつま米ごはん ②牛乳 ③魚そうめん汁 ④高野豆腐の肉味噌かけ	①食パン ②牛乳 ③チリコンカン ④さつまいもサラダ ⑤黒ゴマジャム	①麦ごはん ②牛乳 ③豚じゃが ④小松菜ともやしのあえもの	①さつま米ごはん ②牛乳 ③凍り豆腐の卵とじ ④さんまみぞれ煮 ⑤みかん	①麦ごはん ②牛乳 ③野菜カレー ④ごまマヨサラダ
12日	13日	14日	15日	16日
				
①麦ごはん ②牛乳 ③うま煮 ④小松菜ソテー ⑤ふりかけ	①黒糖パン ②牛乳 ③スパゲティナポリタン ④ひじきサラダ	①麦ごはん ②牛乳 ③他人丼 ④切干大根おかかいため ⑤みかん	①麦ごはん ②牛乳 ③中華スープ ④酢豚	①さつま米ごはん ②牛乳 ③冬瓜のそぼろ煮 ④さっぱり梅サラダ
19日	20日	21日	22日	23日
				
①七福米ごはん ②牛乳 ③食べるみそ汁 ④きびなごの和風ソース ⑤みかん	①コッパン ②牛乳 ③さつまいものクリームシチュー ④フルーツ白玉	①さつま米ごはん ②牛乳 ③おでん ④おひたし	①さつま米ごはん ②牛乳 ③五目汁 ④さばの香味焼き	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
26日	27日	28日	29日	30日
				
①さつま米ごはん ②牛乳 ③寄せ鍋 ④五目いり卵	①バーガーパン ②牛乳 ③野菜スープ ④照り焼きチキン キャベツ 1食タルタル	①ひじきごはん ②牛乳 ③大根のみそ煮込み ④野菜いため	①麦ごはん ②牛乳 ③けんちん汁 ④かつお腹皮ごまがらめ	①麦ごはん ②牛乳 ③麻婆丼 ④もやし中華あえ