

平成27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コッペパン ジャム<br>②牛乳<br>③アントプフスープ<br>④ソーセージ(1食ケチャップ)<br>⑤梨                               | ①ひじきごはん<br>②牛乳<br>③芋の子汁<br>④いわしのかば焼き<br>⑤煮びたし   |
| 5日   | 6日  | 7日   | 8日  | 9日  |
|   |   |   |   |   |
| ①さつま米ごはん<br>②牛乳<br>③筑前煮<br>④千草焼<br>⑤磯香サラダ(1食さざみのり)                                 | ①ソフトめん<br>②牛乳<br>③カレーソース<br>④カムカムソテー  | ①さつま米ごはん<br>②牛乳<br>③里芋のそぼろ煮<br>④スタミナ納豆   | ①食パン<br>②牛乳<br>③ベーコン煮<br>④炒り卵   | ①麦ごはん 佃煮<br>②牛乳<br>③けんちん汁<br>④鮭のみそ焼き ⑤野菜ミックス<br>⑥ブルーベリータルト                            |
| 12日  | 13日   | 14日  | 15日   | 16日   |
| 体育の日   |  |  |  |  |
|  | ①バティパンカット<br>②牛乳<br>③田舎風スープ<br>④セルフカットバーガー(カツ・1食ソース・味付けキャベツ)                        | ①さつま米ごはん<br>②牛乳<br>③秋の味覚汁<br>④なすとはんぺんのチーズ焼き  | ①コッペパン<br>②牛乳<br>③さつま芋のクリームシチュー<br>④鶏肉のアップルソース<br>⑤せんキャベツ                             | ①ビーンズジャンバラヤ<br>②牛乳<br>③中華スープ<br>④アーモンドサラダ   |
| 19日  | 20日   | 21日  | 22日   | 23日   |
|  |  |  |  |  |
| ①さつま米ごはん<br>②牛乳<br>③すがたをかえる大豆汁<br>④ししゃも磯の香フライ<br>⑤三色和え                             | ①食パン<br>②牛乳<br>③なすとたらこのスパゲティ<br>④ひじきとくるみのサラダ  | ①さつま米ごはん<br>②牛乳<br>③春雨スープ<br>④揚げサバ韓国風<br>⑤わかめともやしのナムル                                | ①ミルクパン<br>②牛乳<br>③チリコンカン<br>④秋色ジュレ  | ①麦ごはん<br>②牛乳<br>③他人丼ぶり<br>④がね<br>⑤ミニトマト   |
| 26日  | 27日   | 28日  | 29日   | 30日   |
|  |  |  |  |  |
| ①さつま米ごはん<br>②牛乳<br>③麻婆豆腐<br>④中華サラダ   | ①コッペパン<br>②牛乳<br>③タイピーエン<br>④鶏肉ときのこのガーリックソテー<br>⑤みかん果汁                              | ①さつま米ごはん<br>②牛乳<br>③みそ汁<br>④じゃが芋と豚肉の揚げ煮  | ①食パン<br>②牛乳<br>③ミートボールシチュー<br>④切り干し大根サラダ  | ①栗ごはん<br>②牛乳<br>③沢煮椀<br>④鮭のごま照り焼き<br>⑤りんご   |