

令和5年10月 こんだて写真

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2日	3日	4日	5日	6日
①さつま米ごはん ②牛乳 ③じゃがいものそぼろ煮 ④野菜のみそいため	①ミルクパン ②牛乳 ③チリコンカン ④秋いろジュレ	①麦ごはん ②牛乳 ③親子丼 ④五目さんぴら	①さつま米ごはん ②牛乳 ③凍り豆腐の煮物 ④ごまあえ	①麦ごはん ②牛乳 ③豆腐の利休汁 ④豚キムチ丼
9日	10日	11日	12日	13日
スポーツの日				
	①黒糖パン ②牛乳 ③きのこスパゲティ ④豆サラダ	①麦ごはん ②牛乳 ③のっぺい汁 ④かつおそぼろ丼	①さつま米ごはん ②牛乳 ③筑前煮 ④ごまマヨサラダ	①さつま米ごはん ②牛乳 ③里芋のごまみそ煮 ④しらすぼしと野菜のいためもの
16日	17日	18日	19日	20日
①麦ごはん ②牛乳 ③みそ汁 ④焼肉丼 ⑤みかん	①バターパン ②牛乳 ③やきそば ④大豆入りアーモンドいりこ	①ひじきご飯 ②牛乳 ③けんちん汁 ④野菜いため	①七福米 ②牛乳 ③秋のみのり汁 ④きびなごのごまだれかけ	①麦ごはん ②牛乳 ③くろしおカレー ④コールスローサラダ
23日	24日	25日	26日	27日
①さつま米ごはん ②牛乳 ③五目うま煮 ④切り干し大根いため	①コッパン ②牛乳 ③スパゲティベスカトーレ ④フレンチサラダ ⑤ヨーグルト	①さつま米ごはん ②牛乳 ③食べるみそ汁 ④さばの香味焼き ⑤小松菜のいため物	①麦ごはん ②牛乳 ③よせなべ ④ひじきのいり煮 ⑤みかん	①麦ごはん ②牛乳 ③豆腐のみそ汁 ④食卓が楽しくなる三色丼
30日	31日	1日	2日	3日
①麦ごはん ②牛乳 ③麻婆丼 ④中華ごまあえ	①食パン ②牛乳 ③さつまいものクリームシチュー ④きゃべつとコーンのサラダ ⑤ジャム			