

令和4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さつま米ごはん ②牛乳 ③ごぼう団子汁 ④なすのみそいため ⑤しそ味ひじき	①コッペパン ②牛乳 ③タイピーエン ④さつまいもサラダ ⑤みかん果汁	①麦ごはん ②牛乳 ③豚たま丼 ④ベーコンと野菜のいためもの ⑤アセロラゼリー	①さつま米ごはん ②牛乳 ③いものこ丼 ④元氣くんのオーロラソース	①麦ごはん ②牛乳 ③マーボー丼 ④干し大根の磯香あえ ⑤冷凍黄桃
10日	11日	12日	13日	14日
体育の日				
	①食パン ②牛乳 ③やきそば ④大豆入りアーモンドいりこ ⑤ブルーベリーゼリー	①麦ごはん ②牛乳 ③中華丼 ④中華ごま和え	①さつま米ごはん ②牛乳 ③大豆五目煮 ④野菜いため	①麦ごはん ②牛乳 ③じゃがいものそぼろ煮 ④アーモンドあえ ⑤ヨーグルト
17日	18日	19日	20日	21日
				
①麦ごはん ②牛乳 ③五目汁 ④かつおとこんにゃくの煮物 ⑤ひじきのり	①ツイストバターパン ②牛乳 ③スパゲティミートソース ④フルーツジュレ	①七福米ごはん ②牛乳 ③食べるみそ汁 ④きびなごのごまだれかけ ⑤みかん	①さつま米ごはん ②牛乳 ③里芋のごまみそ煮 ④小松菜の卵とじ ⑤リンゴゼリー	①さつま米ごはん ②牛乳 ③のっぺい汁 ④鯛の塩こうじ焼き ⑤塩昆布あえ
24日	25日	26日	27日	28日
				
①麦ごはん ②牛乳 ③魚そうめん汁 ④高野豆腐の肉みそあえ	①黒糖パン ②牛乳 ③クリームシチュー ④豆サラダ ⑤みかん	①さつま米ごはん ②牛乳 ③肉豆腐 ④れんこんいため	①きびごはん ②牛乳 ③かつおくんカレー ④わかめちゃんサラダ	①チキンライス ②牛乳 ③ラビオリスープ ④キャベツソテー ⑤スイートポテト
31日	1日	2日	3日	4日
				
①さつま米ごはん ②牛乳 ③おでん ④ツナと小松菜の煮びたし				