



10月 はいぜんひょう



2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
<p>ほうれんそうのポン酢あえ とりにくとうずらたまごのあまからに</p> <p>はつがげんまいごはん たまねぎのみそしる</p>	<p>ツナサラダ おからいりキッシュ</p> <p>コッペパン ミネストローネスープ</p>	<p>いんげんのごまあえ あじのレモンふうみあげ</p> <p>ごはん こまつなのみそしる</p>	<p>ちんげんさいのちゅうかあえ チンジャオロース</p> <p>ごはん ワンダンスープ</p>	<p>～めのあいごで きゅうしょく～</p> <p>にんじんしりしり さばのしおやき</p> <p>ごはん さといものみそしる</p>
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
<p>スポーツの日</p>	<p>運動会振替休業日</p>	<p>キャベツのゆかりあえ ホキのみそマヨネーズやき</p> <p>ごはん けんちんじる</p>	<p>こまつなとツナののりあえ やきにく</p> <p>ごはん たまねぎのみそしる</p>	<p>～いわな きゅうしょく～</p> <p>おにぎり いわなのしおやき</p>
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
<p>いかとキャベツのソテー フルーツミックス</p> <p>むぎごはん ポークカレー</p>	<p>ポテトサラダ さけのムニエル</p> <p>コッペパン マカロネスープ</p>	<p>～かんしゃきゅうしょく～</p> <p>たくあんづけ スイートポテト</p> <p>ごはん ぶたじる</p>	<p>～としょメニュー～</p> <p>れんこんのきんぴら とりにくのてりやき</p> <p>ごはん ふのみそしる</p>	<p>～さんしょくせろてい</p> <p>いんげんのおかかあえ さわらのこうみソースがけ</p> <p>ごはん とうふのみそしる</p>
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
<p>～セレクト きゅうしょく～</p> <p>たいやき または だんご ぶたにくのごまやき はくさいのこんがあえ とりにくのしょうがやき</p> <p>ごはん じゃがいものみそしる</p>	<p>キャベツのわふうサラダ こやどうふのカップやき</p> <p>コッペパン ほうれんそうとウインナーのスープ</p>	<p>にらもやしいため しろみざかなのあまずあんかけ</p> <p>はつがげんまいごはん にくだんごスープ</p>	<p>キャベツのあまずあえ ぶたにくとだいずのカレーに</p> <p>ごはん そうめんじる</p>	<p>きんぴらごぼう がんとどきのふくめに</p> <p>ごはん わかめのみそしる</p>
30日(月)	31日(火)			
<p>～さんしょくせろてい</p> <p>はっぼうさい ぎょうざ</p> <p>むぎごはん ちゅうかスープ</p>	<p>とりにくのオレンジマーマレードに</p> <p>ツナマヨトースト ポトフ</p>			