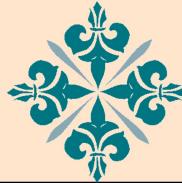




MENU



10月17日 10月18日 10月19日 10月20日 10月21日 10月22日 10月16日

MON TUE WED THU FRI SAT SUN

朝食

カスタードロール 牛乳（低脂肪） マカロニ卵サラダ	ぶどうパン 牛乳（低脂肪） 大根サラダ	ロールパン 牛乳（低脂肪） かぼちゃサラダ	イエローロール 牛乳（低脂肪） きやべつのサラダ	NEGロール60 牛乳（低脂肪） ブロッコリーサラダ	ロールパン 牛乳（低脂肪） カリフラワーのサラダ	ロールパン 牛乳（低脂肪） シーチキンサラダ
---------------------------------	---------------------------	-----------------------------	--------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	------------------------------

昼食

米飯 カレームニエル 卵炒め ミネストローネ フルーツ（キウイ）	米飯 鶏肉ゆず胡椒焼 南瓜のそぼろ煮 白菜梅肉あえ 柿	カレーライス いかのサラダ みかん	米飯 魚葱味噌焼 ぜんまいの煮物 さつま汁 フルーツ（梨）	お好み焼き マカロニチーズサ ラダ バナナヨーグルト	助六寿司 大根ささみ梅肉和 赤魚西京焼き とうがんとツナの 赤だし フルーツ（オレン ジ）	米飯 大根ささみ梅肉和 赤魚西京焼き とうがんとツナの 煮物 煮豆 ヨーグルト
--	---	-------------------------	---	-------------------------------------	---	---

おやつ

豚まん 緑茶						
-----------	--	--	--	--	--	--

夕食

米飯 高野豆腐の炊き合 わせ 牛肉のしぐれ煮 なめたけおろし ふりかけ	米飯 鮭フライ なすび豚肉煮 プロッコリーバター 醤油炒め 白菜漬	米飯 えびと豆腐の塩炒 め 春雨サラダ 冬瓜のスープ煮 キャベツ漬	米飯 鶏の酢豚風 ちんげん菜オイヌ ターソース炒め カリフラワーマリ ネ 大根きざみ漬	米飯 ゆづ蒸魚 里芋炒め煮 きゅうりツナの酢 いかときゅうりの 物 ふりかけ	米飯 鶏肉のくわ焼き いり豆腐 いかときゅうりの 和え物 白菜漬	米飯 じやがいもアスパ ラピリ辛煮物 小松菜ごまヨネー ズ和 糸こんしそ甘辛炒 きゅうり漬
--	--	--	---	--	---	---



10月
行事食予定

11日：誕生会

19日：ケーキの日

29日：ハロウィンお
やつ

