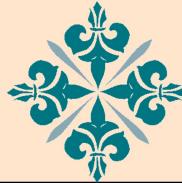




MENU



10月24日 10月25日 10月26日 10月27日 10月28日 10月29日 10月30日

MON TUE WED THU FRI SAT SUN

朝食

北海道ミルクパン 牛乳（低脂肪） かに風味サラダ	ロールパン 牛乳（低脂肪） ロースハムのマリネ	ぶどうパン 牛乳（低脂肪） きやべつのサラダ	イエローロール 牛乳（低脂肪） カリフラワーのサラダ	くるくるバターで ニッショ 牛乳（低脂肪） かぼちゃサラダ	丸ロール 牛乳（低脂肪） チキンサラダ	イエローロール 牛乳（低脂肪） ポテトサラダ
--------------------------------	-------------------------------	------------------------------	----------------------------------	--	---------------------------	------------------------------

昼食

五目焼きそば ミモザサラダ りんご	米飯 香焼魚 絹あげごぼう煮付 けんちん汁 キャベツ漬	米飯 カレイの照り焼き ちんげん菜の炒め 煮 たこ焼き なす漬	米飯 鶏の梅酒煮 大根の煮物 呉汁 パイナップル	ポークカレー 野菜サラダ フルーツ（洋梨）	卵サンド 野菜のポトフ サーモンのマリネ りんご	米飯 ピリ辛さば えびと高野の卵と じ おくらごま和え ヨーグルト
-------------------------	---	--	--------------------------------------	-----------------------------	-----------------------------------	--

おやつ

どら焼き 玄米茶			シルキーコッタキ な粉 紅茶			
-------------	--	--	-------------------	--	--	--

夕食

米飯 鶏つくね焼き ちんげん菜小柱炒め トマトの甘酢和え のり佃煮	米飯 すき焼き風煮 うざく なすの煮浸し みかん	米飯 肉じゃが きゅうりもみ いわしの梅煮 フルーツ（ぶどう）	米飯 鮭の塩焼き 白菜の煮付 アスパラおかかマヨネーズ 赤かぶ漬け	米飯 鶏肉からあげ 青菜の煮付 焼きなす もろきゅう	米飯 焼肉風炒め物 小町和え 玉ねぎの炒め物 みかん	米飯 芋子煮 ほうれん草ベーコン炒め 白菜のお浸し 野沢菜漬
---	--------------------------------------	---	---	--	--	--



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

