

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ レンコンつくね ・ ひじきの洋風煮 ・ ほうれん草と納豆和え ・ スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ カレー焼きそば ・ サバの味噌煮 ・ さつまいもの白和え ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 鮭としめじの炊き込みごはん ・ 豆腐のそぼろあんかけ ・ カミカミサラダ ・ すまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ メンチカツ ・ きんぴらごぼう ・ バンサンズー ・ みそ汁
	♡スイートポテト大福	ベーコンマフィン	かぼちゃプリン	ツナ入りお好み焼き
7	8	9	10	11
<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 高野豆腐の煮物 ・ きのことベーコンのソテー ・ さつまいもサラダ ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 夕焼けごはん ・ 鮭大根 ・ 大豆とひじきの和え物 ・ 五目汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ ユーリンチー ・ さつまいもとソーセージの洋風煮 ・ ブロッコリーときのこのサラダ ・ スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 豚肉と秋野菜のクリーム煮 ・ 春雨炒め ・ ほうれん草の和え物 ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ パン ・ 赤魚の西京焼き ・ なすの豚ケチャップ煮 ・ 中華サラダ ・ スープ
きなこクッキー	かぼちゃ黒糖蒸しパン	パン耳かりんとう	フルーツヨーグルト	納豆スパゲッティ
14	15	16	17☆誕生会	18
お休み 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ サバのムニエル ・ 里芋の煮物 ・ 和風サラダ ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 鶏肉と冬瓜煮 ・ じゃがいものそぼろ炒め ・ 小松菜の和え物 ・ しじみ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ さつまいもカレー ・ 鮭フライ ・ 人参とパプリカのソテー ・ りんごサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ きこのトマトスパゲッティ ・ 厚揚げのそぼろ煮 ・ コーンとキャベツの和え物 ・ スープ
	きのこピザ	りんご春巻き	桃のババロア	スイートポテトトースト
21	22	23	24	25
<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ さばのタンドリー風 ・ かぶのとろみ煮 ・ レンコンのツナ和え ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ サンマの秋ごはん ・ レンコンと豚肉炒め ・ キャベツの洋風煮 ・ ごぼうの和え物 ・ クリームシチュー 	<ul style="list-style-type: none"> ・ わかめコーンラーメン ・ レバーの甘辛和え ・ きこのバターソテー ・ コロコロサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 鮭の和風チーズ焼き ・ かぼちゃの洋風煮 ・ 南蛮サラダ ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ アイガモ米ごはん ・ 大豆のみそ炒め ・ 切干大根のオイスター煮 ・ 白菜のおかか和え ・ みそ汁
里芋コロケ	和風ラスク	くりごはん	キャロットマフィン	りんごのころころゼリー
28	29	30	31	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 五穀ごはん ・ 鮭のハンバーグ ・ じゃがいものクリームコーン煮 ・ ほうれん草のおひたし ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ サンマ焼き ・ 酢の物 ・ 豚汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麦ごはん ・ 酢豚 ・ ひじきとツナの炒り煮 ・ おからサラダ ・ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ きつねうどん ・ きのこと大豆のカレー煮 ・ ジャーマンポテト ・ キャベツとわかめの和え物 	
パンケーキりんごソース	チーズクッキー	焼きいも	かぼちゃパイ	

※ 毎食食事にはフルーツがつかます。

※ 魚は変更になることがあります。

※ おやつ時には牛乳またはお茶を飲みます。

※ ♡の日はもも組は別のおやつを出す場合があります。