

10月献立表

1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
鮭ご飯 野菜のきんぴら 春巻 おすまし デザート	ご飯 レバーコロッケ 野菜炒め みそ汁 デザート	ご飯 西京焼き 白菜のごま和え けんちん汁 デザート	パン ミートスパゲティ ゆで卵 スープ デザート	ご飯 鰯のみぞれ煮 ほうれん草のお浸し 豚汁 デザート	ご飯 冷やしそうめん 煮物 天ぷら デザート	きのこご飯 大根のきんぴら しゅうまい おすまし デザート	ご飯 ポークビーンズ 春雨の酢の物 スープ デザート	ご飯 鯖のみそ煮 白菜のおかか和え 切り干し大根の炒め煮 おすまし デザート	パン ビーフシチュー ゆで卵 マカロニサラダ デザート	鶏そぼろ丼 サラダ みそ汁 デザート	わかめご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート	ご飯 豆腐とツナのオムレツ 野菜炒め カレースープ デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 みそ汁 デザート
米 鮭 卵 いんげん ごぼう 人参 大根 れんこん ごま 春巻 じゃがいも 玉ねぎ 人参 青ねぎ なし	米 レバー じゃがいも 玉ねぎ 人参 トマト しめじ えのき もやし 人参 玉ねぎ わかめ 人参 玉ねぎ オレンジ	米 ほき 白みそ 白菜 ごま 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 みかん 寒天	ロールパン スパゲティ 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 グリーンピース 卵 人参 わかめ 玉ねぎ パセリ ごま フルーツ	米 鰯 大根 青ねぎ ほうれん草 かつおぶし 豚肉 大根 人参 ごぼう こんにゃく うす揚げ 青ねぎ パイン 寒天	米 ゆかり そうめん 卵 きゅうり トマト 厚揚げ かぼちゃ バナナ	米 しめじ えのき しいたけ 人参 うす揚げ こんにゃく 鶏肉 大根 人参 ごま しゅうまい 玉ねぎ 人参 白菜 青ねぎ パイナップル	米 豚肉 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 卵 玉ねぎ キャベツ もやし パセリ ごま オレンジ	米 鯖 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも グリーンピース 卵 キャベツ 人参 きゅうり マカロニ フルーツ	米 鶏ミンチ のり 卵 玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 コーン わかめ 豆腐 玉ねぎ 人参 パイナップル	米 わかめ そば 豚肉 えび 白菜 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ バナナ	米 卵 豆腐 シーチキン 玉ねぎ 青ねぎ かつおぶし トマト もやし キャベツ 人参 コーン 鶏肉 大豆 玉ねぎ 人参 マカロニ りんご	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 ふ みかん 寒天
18日(土)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)		
音楽会♪	ご飯 鯖の照り焼き ほうれん草のソテー けんちん汁 デザート	さつまいもご飯 うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 豚肉の生姜焼き ひじきサラダ 季節のみそ汁 デザート	ビビンバ丼 チャプチェ 中華スープ デザート	ご飯 鯖の南部焼き チンゲン菜のソテー 切り干し大根のナムル みそ汁 デザート	パン クリームシチュー 海藻サラダ ゆで卵 デザート	ご飯 マヨネーズ焼き きのこのスパソテー スープ デザート	ご飯 ラーメン ミートボール かぼちゃの煮物 デザート	くりご飯 厚焼き卵 筑前煮 おすまし デザート	ご飯 鶏肉のから揚げ ジャーマンポテト スープ デザート	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き さといものマヨ和え おすまし デザート		
	米 鯖 ほうれん草 卵 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 パイン 寒天	米 さつまいも うどん 卵 うす揚げ わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン トマト ひじき 人参 コーン 枝豆 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ♪ かき	米 牛肉 ほうれん草 人参 もやし ごま 春雨 豚肉 ピーマン 人参 ごま 玉ねぎ わかめ 白菜 青ねぎ なし	米 鯖 ごま チンゲン菜 切干大根 人参 きゅうり 人参 玉ねぎ わかめ ふ 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび 卵 フルーツ	米 ほき パセリ ブロッコリー スパゲティ しめじ えのき 玉ねぎ 人参 ほうれん草 人参 玉ねぎ ごま みかん 寒天	米 くり 卵 青ねぎ ちりめんじゃこ 鶏肉 大根 人参 こんにゃく ごぼう れんこん たけのこ 豆腐 わかめ 玉ねぎ 人参 オレンジ	米 鶏肉 ブロッコリー じゃがいも ベーコン 玉ねぎ パセリ 玉ねぎ キャベツ 人参 もやし ごま かき	米 鮭 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン さといも かつおぶし 青ねぎ そうめん うす揚げ 青ねぎ パイン 寒天			

0歳1歳にえびは入りません

10月献立表

豚肉除去

1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
鮭ご飯 野菜のきんぴら さつまいもの煮物 おすまし デザート	ご飯 レバーコロケ 野菜炒め みそ汁 デザート	ご飯 西京焼き 白菜のごま和え けんちん汁 デザート	パン スパンテー ゆで卵 スープ デザート	ご飯 鰯のみぞれ煮 ほうれん草のお浸し みそ汁 デザート	ご飯 冷やしそうめん 煮物 天ぷら デザート	きのこご飯 大根のきんぴら かぼちゃの煮物 おすまし デザート	ご飯 フィッシュビーンズ 春雨の酢の物 スープ デザート	ご飯 鯖のみそ煮 白菜のおかか和え 切り干し大根の炒め煮 おすまし デザート	パン ビーフシチュー ゆで卵 マカロニサラダ デザート	鶏そぼろ丼 サラダ みそ汁 デザート	わかめご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート	ご飯 豆腐とツナのオムレツ 野菜炒め カレースープ デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 みそ汁 デザート
米 鮭 卵 いんげん ごぼう 人参 大根 れんこん ごま さつまいも じゃがいも 玉ねぎ 人参 青ねぎ なし	米 レバー じゃがいも 玉ねぎ 人参 トマト しめじ えのき もやし 人参 玉ねぎ わかめ 人参 玉ねぎ オレンジ	米 ほき 白みそ 白菜 ごま 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 みかん 寒天	ロールパン スパゲティ 玉ねぎ 人参 グリーンピース 卵 人参 わかめ 玉ねぎ パセリ ごま フルーツ	米 鰯 大根 青ねぎ ほうれん草 かつおぶし 大根 人参 ごぼう こんにゃく うす揚げ 青ねぎ パイン 寒天	米 ゆかり そうめん 卵 きゅうり トマト 厚揚げ かぼちゃ バナナ	米 しめじ えのき しいたけ 人参 うす揚げ こんにゃく 鶏肉 大根 人参 ごま かぼちゃ 玉ねぎ 人参 白菜 青ねぎ パイナップル	米 メルルーサ 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 卵 玉ねぎ キャベツ もやし パセリ ごま オレンジ	米 鯖 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも グリーンピース 卵 キャベツ 人参 きゅうり マカロニ フルーツ	米 鶏ミンチ のり 卵 玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 コーン わかめ 豆腐 玉ねぎ 人参 パイナップル	米 わかめ そば えび 白菜 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ バナナ	米 卵 豆腐 シーチキン 玉ねぎ 青ねぎ かつおぶし トマト もやし キャベツ 人参 コーン 鶏肉 大豆 玉ねぎ 人参 マカロニ りんご	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 ふ みかん 寒天
18日(土)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)		
音楽会♪	ご飯 鯖の照り焼き ほうれん草のソテー けんちん汁 デザート	さつまいもご飯 うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鮭の塩焼き ひじきサラダ 季節のみそ汁 デザート	ビビンバ丼 チャプチェ 中華スープ デザート	ご飯 鯖の南部焼き チンゲン菜のソテー 切り干し大根のナムル みそ汁 デザート	パン クリームシチュー 海藻サラダ ゆで卵 デザート	ご飯 マヨネーズ焼き きのこのスパソテー スープ デザート	ご飯 ラーメン ミートボール かぼちゃの煮物 デザート	くりご飯 厚焼き卵 筑前煮 おすまし デザート	ご飯 鶏肉のから揚げ ジャーマンポテト スープ デザート	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き さといものマヨ和え おすまし デザート		
	米 鯖 ほうれん草 卵 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 パイン 寒天	米 さつまいも うどん 卵 うす揚げ わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ オレンジ	米 鮭 トマト ひじき 人参 コーン 枝豆 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ♪ かき	米 牛肉 ほうれん草 人参 もやし ごま 春雨 ピーマン 人参 ごま 玉ねぎ わかめ 白菜 青ねぎ なし	米 鯖 ごま チンゲン菜 切干大根 人参 きゅうり 人参 玉ねぎ わかめ ふ 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 人参 玉ねぎ グリーンピース わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび 卵 フルーツ	米 ほき パセリ ブロッコリー スパゲティ しめじ えのき 玉ねぎ 人参 ほうれん草 人参 玉ねぎ ごま みかん 寒天	米 くり 卵 青ねぎ ちりめんじゃこ 鶏肉 大根 人参 こんにゃく ごぼう れんこん たけのこ 豆腐 わかめ 玉ねぎ 人参 オレンジ	米 鶏肉 ブロッコリー じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 玉ねぎ キャベツ 人参 もやし ごま かき	米 鮭 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン さといも かつおぶし 青ねぎ そうめん うす揚げ 青ねぎ パイン 寒天			