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

1日(水)		2日(全)	4日(土)	6D/B)	7 🗆 ( /  / )	0口(水)	00(+)	10日(会)	11 🗆 ( 🛨 )	14 🗆 (1/4)	15ロ(ポレ)		
	2日(木)	3日(金)		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	ご飯	二ご飯	パン	ご飯	ご飯	きのこご飯	ご飯	ご飯	パン	鶏そぼろ丼	わかめご飯	ご飯	ご飯
	レバーコロッケ	西京焼き					ポークビーンズ			サラダ	ちゃんぽん麺		白身魚の磯辺揚げ
春巻	野菜炒め	白菜のごま和え	かぼちゃの煮物	ほうれん草のお浸し	煮物	しゅうまい	春雨の酢の物	白菜のおかか和え	さつまいもの煮物	みそ汁	ミートボールの	野菜炒め	マーボー春雨
おすまし	みそ汁	けんちん汁	スープ	豚汁	天ぷら	おすまし	スープ	切り干し大根の炒め煮	マカロニサラダ	デザート	ケチャップ煮		みそ汁
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	おすまし	デザート	, , ,	デザート	デザート	デザート
	79 1	79 1	ו אין	79 1	ו אין	79 1	ו פיל	デザート	79 1		ו אין	79 1	ו אין
								ナリート					
<del>半</del>	米	米 ほき	ロールパン	米		米	米	米	丸ロールパン		米	米	米
鮭	レバー	ほき	スパゲティ	鯵	ゆかり	しめじ	豚肉	鯖	ジャム	鶏ミンチ	わかめ	鶏ミンチ	メルルーサ
コーン	じゃがいも	白みそ	合挽きミンチ	大根	そうめん	えのき		白菜	牛肉	のり	そば	豆腐	青のり
いんげん		白菜	玉ねぎ	青ねぎ		しいたけ		かつおぶし		コーン	豚肉	シーチキン	ブロッコリー
ごぼう	人参	ごま		ほうれん草		人参		切干大根	人参	玉ねぎ	えび	玉ねぎ	春雨
人参	トムト		グリーンピース			うす揚げ		人参		キャベツ	白菜	青ねぎ	豚肉
大根		さといも		豚肉		こんにゃく		うす揚げ	グリーンピース				きくらげ
れんこん	えのき	ごぼう	人参	大根	かぼちゃ	鶏肉	春雨	豆腐	さつまいも	人参	玉ねぎ	トイト	人参
ごま	もやし	青ねぎ	わかめ	人参	バナナ	大根		人参		コーン	たけのこ	もやし	玉ねぎ
春巻	人参	人参	玉ねぎ	ごぼう		人参		玉ねぎ		わかめ		キャベツ	青ねぎ
じゃがいも	玉ねぎ	大根	パセリ	こんにゃく		ごま		青ねぎ	きゅうり	豆腐	きくらげ	人参	玉ねぎ
玉ねぎ		みかん	ごま	うす揚げ		しゅうまい		黄桃		玉ねぎ	鶏ミンチ	コーン	人参
人参	人参	寒天	フルーツ	青ねぎ		玉ねぎ		寒天	フルーツ	人参			ほうれん草
青ねぎ	玉ねぎ			パイン		人参	もやし			パイナップル	バナナ	玉ねぎ	ふ
なし	オレンジ			寒天		白菜	パセリ					人参	みかん
						青ねぎ	ごま					マカロニ	寒天
						パイナップル						りんご	~~~
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)	970C	
				<u> 23日(不)</u>									
パン		さつまいもご飯		ビビンバ丼	ご飯	パン	ご飯	ご飯	くりご飯	ご飯	ご飯		
焼きそば	鰆の照り焼き	うどん	豚肉の生姜焼き	チャプチェ	鯖の南部焼き			ラーメン			鮭のちゃんちゃん焼き		
かぼちゃの煮物	ほうれん草のソテー	炒り豆腐	ひじきサラダ	中華スープ	チンゲン菜のソテー	海藻サラダ	きのこのスパソテー	ミートボール	筑前煮	ジャーマンポテト	さといもの和え物		
ス一プ	けんちん汁	デザート	季節のみそ汁	デザート	切り干し大根のナムル	さつまいもの煮物	スープ	かぼちゃの煮物	おすまし	スープ	おすまし		
デザート	デザート		デザート		みそ汁	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート		
' ' '	, , , ,				デザート	, , , ,		, , , ,	, , , ,	, , ,			
	N//	\//	N//	N/	N//	+	3//	\//	N//	\//	N//		
	米	米	米	米		丸ロールパン		米		米	<del>米</del> 鮭		
そば		さつまいも	豚肉	牛肉		ジャム		ゆかり	くり				
人参	ほうれん草	うどん		ほうれん草		じゃがいも					キャベツ		
	コーン	コーン	ピーマン	人参	チンゲン菜	豚肉	スパゲティ			じゃがいも	玉ねぎ		
		うす揚げ		もやし	切干大根	人参				人参	人参		
			ひじき	ごま		玉ねぎ			鶏肉		ピーマン		
		青ねぎ		春雨				コーン 焼き豚スライス			さといも		
青のり													
かぼちゃ	青ねぎ	豆腐		豚肉		わかめ					かつおぶし		
わかめ	人参	人参	枝豆	ピーマン		きゅうり		玉ねぎ	こんにゃく	キャベツ	青ねぎ		
	大根	しいたけ	<b>未然の昭芸</b>	人参		人参		かぼちゃ	ごぼう	人参	そうめん		
	パイン	青ねぎ	季節の野菜	<b>ヴ</b> 士	ふ	キャベツ	玉ねぎ	パイナップル	れんこん	もやし	うす揚げ		
パセリ		オレンジ	具材は当日の	玉ねぎ		えび	ごま		たけのこ	ごま	青ねぎ		
フルーツ	~~~	-, -, -,	お楽しみ♪	わかめ			みかん			かき	パイン		
JIV - J									ンタ	79.℃			
			かき	白菜		フルーツ	寒天		わかめ		寒天		
1				青ねぎ					玉ねぎ 人参				
				なし					オレンジ				

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	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	きのこご飯	ご飯	ご飯	ご飯	鶏そぼろ丼	わかめご飯	ご飯	ご飯
野菜のきんぴら		西京焼き	ミートスパゲティ	鯵のみぞれ煮	冷やしそうめん	大根のきんぴら	ポークビーンズ		煮物	サラダ	ちゃんぽん麺		白身魚の磯辺揚げ
鶏肉のソテー	野菜炒め	白菜のごま和え	かぼちゃの煮物		煮物	豚肉のソテー		白菜のおかか和え		みそ汁	ミートボールの		マーボー春雨
おすまし	みそ汁	けんちん汁	おすまし	豚汁	天ぷら	おすまし	おすまし	切り干し大根の炒め煮	おすまし	デザート	ケチャップ煮	おすまし	みそ汁
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	おすまし	デザート		デザート	デザート	デザート
								デザート					
米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米		米	米
<b>米</b> 鮭	レバー	ほき		鯵	ゆかり	しめじ	豚肉	鯖	牛肉	鶏ミンチ	わかめ	鶏ミンチ	メルルーサ
	じゃがいも	白みそ		大根	そうめん	えのき	人参	白菜	玉ねぎ	のり		豆腐	青のり
		白菜	玉ねぎ	青ねぎ	コーン	しいたけ		かつおぶし	人参	コーン			ブロッコリー
ごぼう	人参	ごま		ほうれん草	きゅうり	人参	大豆	切干大根	じゃがいも	玉ねぎ	えび	玉ねぎ	春雨
			グリーンピース		トイト		じゃがいも		グリーンピース			青ねぎ	豚肉
				豚肉	厚揚げ				キャベツ	きゅうり			きくらげ
	えのき	ごぼう		大根	かぼちゃ		春雨	豆腐	人参	人参		トムト	人参
	もやし	青ねぎ	わかめ	人参	バナナ		きゅうり	人参	きゅうり	コーン		もやし	玉ねぎ
鶏肉	人参	人参	玉ねぎ	ごぼう		人参	人参	玉ねぎ	マカロニ	わかめ		キャベツ	青ねぎ
	玉ねぎ	大根	フルーツ	こんにゃく		ごま	コーン	青ねぎ	ほうれん草	豆腐	きくらげ	人参	玉ねぎ
		みかん		うす揚げ		豚肉	玉ねぎ	黄桃	玉ねぎ		鶏ミンチ	コーン	人参
人参		寒天		青ねぎ		玉ねぎ	キャベツ	寒天	フルーツ	人参		鶏肉	ほうれん草
	玉ねぎ			パイン		人参	もやし			パイナップル	バナナ	玉ねぎ	ふ
なし	オレンジ			寒天			オレンジ					人参	みかん
						青ねぎ						大豆	寒天
						パイナップル						りんご	
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)		
ご飯		さつまいもご飯		ビビンバ丼	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	くりご飯	ご飯	ご飯		
焼きそば	鰆の照り焼き	うどん	豚肉の生姜焼き	チャプチェ 中華スープ	鯖の南部焼き		ほきの塩焼き		鶏バーグ		鮭のちゃんちゃん焼き		
かぼちゃの煮物	ほうれん草のソテー	炒り豆腐   デザート	ひじきサラダ		チンゲン菜のソテー	海藻サラダ	きのこのスパソテー +>+++1	ミートボール	筑前煮		さといもの和え物		
おすまし デザート	けんちん汁 デザート	T 7 -	季節のみそ汁 デザート	デザート	切り干し大根のナムル	おすまし デザート	おすまし デザート	かぼちゃの煮物 デザ <b>ー</b> ト	おすまし デザート	おすまし デザート	おすまし デザート		
T 7 - F	T 7 - F		T 7 - F		みそ汁 デザート	T 1 - F	T 7	T 1 - F	T 1 - F	T 1 - F	T 1 - F		
					ナッート								
米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米		
そば		さつまいも	豚肉	牛肉	鯖	じゃがいも	ほき		くり	鶏肉	鮭		
		うどん		ほうれん草	ごま			そば	鶏ミンチ		キャベツ		
				人参	テンゲン菜					じゃがいも	玉ねぎ		
版内 玉ねぎ				もやし			しめじ		ちりめんじゃこ		人参		
		わかめ	ひじき	ごま		エ140  グリーンピース		コーン	鶏肉	ス多 玉ねぎ	ピーマン		
	ごぼう	青ねぎ	人参	春雨	入多 きゅうり			J  豚肉	大根		さといも		
		豆腐	人参コーン	豚肉					人後人参	玉ねぎ	かつおぶし		
		人参		ドーマン	人参 玉ねぎ		ス多 ほうれん草		こんにゃく	キャベツ	かつのふし  青ねぎ		
		人参しいたけ	7又.立	人参			人参	かぼちゃ	ごぼう	人参	そうめん		
		青ねぎ	季節の野菜	<b>-&gt;+</b>	7			パイナップル					
			具材は当日の	玉ねぎ	ふ 巻地					もやし	うす揚げ		
フルーツ	寒天	オレンジ	お楽しみ♪	立ねさ	黄桃		みかん 金工		たけのこ	かき	青ねぎ		
				わかめ	寒天		寒天		豆腐		パイン		
				白菜		フルーツ			わかめ		寒天		
				青ねぎ					玉ねぎ 人参				
				なし					オレンジ				

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	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	きのこご飯	ご飯	ご飯	ご飯	鶏そぼろ丼	わかめご飯	ご飯	ご飯
	レバーコロッケ	西京焼き					ポークビーンズ		煮物	サラダ			白身魚の磯辺揚げ
鶏肉のソテー	野菜炒め	白菜のごま和え		ほうれん草のお浸し		豚肉のソテー		白菜のおかか和え	マカロニサラダ	みそ汁	ミートボールの		マーボー春雨
おすまし	みそ汁	けんちん汁	おすまし	豚汁	天ぷら	おすまし	おすまし	切り干し大根の炒め煮	おすまし	デザート	ケチャップ煮	おすまし	みそ汁
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	おすまし	デザート		デザート	デザート	デザート
								デザート					
31/	NZ	<b>N</b>	<b>\ \</b>	<b>5</b>  2	\/\	\/\	NZ	<b>&gt;</b>  /	NZ	N/	\/\	<b>N</b>	NZ
米 鮭	米 レバー	米 ほき	米 スパゲティ	<b>米</b> 鯵		米 しめじ	米 豚肉	<del>米</del> 鯖		米 鶏ミンチ	米 わかめ	<del>米</del> 卵	米 メルルーサ
卵	じゃがいも	白みそ	合挽きミンチ	彩   <del>         </del>		えのき		白菜		あり	そば	豆腐	青のり
いんげん		白菜	玉ねぎ	八個 青ねぎ		しいたけ		かつおぶし		卵	豚肉	立例 シーチキン	ブロッコリー
ごぼう	人参	ごま		ほうれん草	きゅうり	人参		切干大根	じゃがいも	玉ねぎ	えび	玉ねぎ	春雨
人参	トムト	厚揚げ	グリーンピース			うす揚げ		人参		キャベツ	白菜	青ねぎ	豚肉
大根		さといも		豚肉		こんにゃく		うす揚げ		きゅうり	人参		きくらげ
れんこん	えのき	ごぼう	人参	大根		鶏肉		豆腐	人参	人参	玉ねぎ	トマト	人参
ごま	もやし	青ねぎ	わかめ	人参	バナナ	大根			きゅうり	コーン	たけのこ	もやし	玉ねぎ
鶏肉	人参	人参	玉ねぎ	ごぼう		人参		玉ねぎ		わかめ	もやし	キャベツ	青ねぎ
じゃがいも		大根	フルーツ	こんにゃく		ごま		青ねぎ	ほうれん草	豆腐	きくらげ	人参	玉ねぎ
		みかん		うす揚げ		豚肉		黄桃	玉ねぎ		鶏ミンチ	コーン	人参
人参		寒天		青ねぎ		玉ねぎ		寒天	フルーツ	人参	玉ねぎ		ほうれん草
青ねぎ	玉ねぎ			パイン		人参	もやし			パイナップル	バナナ		ふ
なし	オレンジ			寒天		白菜	オレンジ						みかん
						青ねぎ						大豆	寒天
18日(土)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	<u>パイナップル</u> 25日(土)	27日(月)	28日(火)	20日(水)	20日(士)	21日(会)	りんご	
ご飯		さつまいもご飯		<u> </u>	<u>24日(亜)</u> ご飯	<u>25日(エ)</u> ご飯	<u> 27日(月)</u> ご飯	<u>28日(欠)</u> ご飯	<u>29日(水)</u> くりご飯	30日(木) ご飯	31日(金) ご飯		
焼きそば	鰆の照り焼き	うどん	豚肉の生姜焼き		鯖の南部焼き	煮物	マヨネーズ焼き	ラーメン			鮭のちゃんちゃん焼き		
ゆで卵	ほうれん草のソテー	炒り豆腐	ひじきサラダ	中華スープ	チンゲン菜のソテー	海藻サラダ	きのこのスパソテー	ミートボール			さといものマヨ和え		
おすまし	けんちん汁	デザート	季節のみそ汁		切り干し大根のナムル	おすまし		かぼちゃの煮物	おすまし	おすまし	おすまし		
デザート	デザート		デザート		みそ汁	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート		
					デザート								
米		米		米		米				米 .	米 鮭		
そば	鰆	さつまいも	豚肉	牛肉		じゃがいも	. —	ゆかり					
人参	ほうれん草	うどん		ほうれん草	ごま	豚肉					キャベツ		
						-	ブロッコリー			じゃがいも	玉ねぎ		
		うす揚げ				玉ねぎ				人参	人参		
		わかめ	ひじき	ごま		グリーンピース					ピーマン		
青のり		青ねぎ		春雨		わかめ		豚肉 鶏ミンチ			さといも かつおぶし		
卵 わかめ		豆腐 人参	コーン 枝豆	豚肉 ピーマン		きゅうり 人名		病ミンテ 玉ねぎ		土々ベツ	かつおふし 青ねぎ		
	人参 大根	人参 しいたけ	<b>汉 立</b>	人参		人参 キャベツ		かぼちゃ		人参	そうめん		
	パイン	青ねぎ	季節の野菜	<del>-   +</del>		えび		パイナップル		人参 もやし	うす揚げ		
		オレンジ	具材は当日の	玉ねぎ		ほうれん草	八多  玉ねぎ	7 1 7 7 7 7 TV		かき	するぎ		
		-, -, -, -,	お楽しみ♪	わかめ	寒天	玉ねぎ	みかん		豆腐	70° C	パイン		
				白菜		フルーツ	寒天		かかめ		寒天		
				青ねぎ					玉ねぎ 人参				
1				なし					オレンジ				
	I	I	I .				1		, , , , ,				

10月献立表 卵・小麦除去/つぐみ

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	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	きのこご飯	ご飯	ご飯	ご飯	鶏そぼろ丼	わかめご飯	ご飯	ご飯
野菜のきんぴら	小判揚げ	西京焼き					ポークビーンズ	鯖のみそ煮	煮物	サラダ	汁ビーフン	豆腐バーグ	白身魚の磯辺揚げ
鶏肉のソテー	野菜炒め		かぼちゃの煮物		煮物	豚肉のソテー	春雨の酢の物		春雨サラダ	みそ汁	ミートボールの	野菜炒め	マーボー春雨
おすまし	みそ汁	けんちん汁	おすまし	豚汁	天ぷら	おすまし	おすまし	切り干し大根の炒め煮	おすまし	デザート	ケチャップ煮	おすまし	みそ汁
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	おすまし	デザート		デザート	デザート	デザート
	, , ,			, , ,	, ,			デザート					
米 鮭	米	米	米	米	米	米	米	米	<b>米</b> 牛肉	米		米	米
鮭	鶏ミンチ	ほき	ビーフン	鯵	ゆかり	しめじ		鯖	牛肉	鶏ミンチ		鶏ミンチ	メルルーサ
コーン	じゃがいも	白みそ	合挽きミンチ	大根	ビーフン	えのき		白菜	玉ねぎ	のり	ビーフン	豆腐	青のり
いんげん	玉ねぎ	白菜	玉ねぎ	青ねぎ	コーン	しいたけ		かつおぶし	人参	コーン		シーチキン	ブロッコリー
ごぼう	人参	ごま	人参	ほうれん草	きゅうり	人参	大豆	切干大根	じゃがいも	玉ねぎ	えび	玉ねぎ	春雨
人参	トイト	厚揚げ	グリーンピース		トイト	うす揚げ	じゃがいも	人参	グリーンピース	キャベツ	白菜	青ねぎ	豚肉
大根	しめじ	さといも	かぼちゃ	豚肉	厚揚げ	こんにゃく	パセリ	うす揚げ	キャベツ	きゅうり	人参	かつおぶし	きくらげ
れんこん	えのき	ごぼう	人参	大根	かぼちゃ	鶏肉	春雨	豆腐	人参	人参	玉ねぎ	トイト	人参
ごま	もやし	青ねぎ	わかめ	人参	バナナ	大根	きゅうり	人参	きゅうり	コーン	たけのこ	もやし	玉ねぎ
鶏肉	人参	人参	玉ねぎ	ごぼう		人参	人参	玉ねぎ	春雨	わかめ	もやし	キャベツ	青ねぎ
じゃがいも	玉ねぎ	大根	フルーツ	こんにゃく		ごま	コーン	青ねぎ	ほうれん草	豆腐	きくらげ	人参	玉ねぎ
玉ねぎ		みかん		うす揚げ		豚肉	玉ねぎ	黄桃	玉ねぎ		鶏ミンチ	コーン	人参
人参	人参	寒天		青ねぎ		玉ねぎ		寒天	フルーツ	人参		鶏肉	ほうれん草
青ねぎ	玉ねぎ			パイン		人参	もやし、、			パイナップル	バナナ	玉ねぎ	みかん
なし	オレンジ			寒天		白菜	オレンジ					人参	寒天
						青ねぎ						大豆	
						パイナップル					( )	りんご	
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)		
ご飯	ご飯	さつまいもご飯		ビビンバ丼	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	くりご飯	ご飯	ご飯		
焼きビーフン	鰆の照り焼き	汁ビーフン	豚肉の生姜焼き		鯖の南部焼き			春雨のおすまし	鶏バーグ		鮭のちゃんちゃん焼き		
かぼちゃの煮物		炒り豆腐 デザート	ひじきサラダ	おすまし デザート	チンゲン菜のソテー 切り干し大根のナムル	海藻サラダ	ビーフンソテー	ミートボール かぼちゃの煮物	筑前煮		さといもの和え物		
おすまし デザート	けんちん汁 デザート	TT-1	季節のみそ汁 デザート	アサート	みそ汁	おすまし デザート	おすまし デザート	がほらやの魚物	おすまし デザート	おすまし デザート	おすまし デザート		
7 7 7	T 7		T 1 - F		デザート	T 1 - F	T 7	ナッート	T 1 - F	T 1 - F	Ty-r		
					7 9 - 1								
米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米		
ビーフン	鰆	さつまいも	豚肉	牛肉	<b>舗</b>	じゃがいも	ほき	ゆかり	くり	鶏肉	鮭		
人参	ほうれん草	ビーフン	玉ねぎ	ほうれん草	鯖 ごま	豚肉		春雨	鶏ミンチ		キャベツ		
豚肉	コーン	コーン	ピーマン	人参	チンゲン菜	人参			青ねぎ	じゃがいも	玉ねぎ		
	厚揚げ	うす揚げ	トムト	もやし	切干大根	玉ねぎ			ちりめんじゃこ		人参		
	さといも	わかめ	ひじき	ごま	人参	グリーンピース			鶏肉	玉ねぎ	ピーマン		
青のり	ごぼう	青ねぎ	人参	春雨		わかめ		豚肉	大根	パセリ	さといも		
かぼちゃ	青ねぎ	豆腐	コーン	豚肉		きゅうり		鶏ミンチ	人参		かつおぶし		
わかめ	人参	人参	   枝豆	ピーマン	玉ねぎ	人参				キャベツ	青ねぎ		
玉ねぎ	大根	しいたけ		人参	わかめ	キャベツ	人参	かぼちゃ	ごぼう	人参	ビーフン		
	パイン	青ねぎ	季節の野菜	<i>-</i> *+	黄桃	えび	玉ねぎ	パイナップル		もやし	うす揚げ		
	寒天	オレンジ	具材は当日の	玉ねぎ	寒天	ほうれん草	みかん			かき	青ねぎ		
			お楽しみ♪	わかめ		玉ねぎ	寒天		豆腐	-	パイン		
			かき	白菜		フルーツ			わかめ		寒天		
			~ _	青ねぎ					玉ねぎ 人参				
				なし					オレンジ				
	l	<u> </u>	ı	.60	l		I		コレンノ		ı		