

2日(月曜日)

じゃがいものそぼろ煮(合びき肉・じゃがいも・しょうが)
れんこんサラダ(れんこん・きゅうり・ハム・ごま・マヨネーズ)
味噌汁(豆腐・しめじ) ごはん

3日(火曜日) <パック弁当>

ゆかりのおにぎり(ゆかり・ごはん)
鶏天(鶏胸肉・にんにく・しょうが)
ごぼうの土佐煮(ごぼう・かつお節)

4日(水曜日)

肉うどん(牛肉・ねぎ・うどん)
白菜とじゃこのおひたし(白菜・ほうれん草・ちりめんじゃこ・ごま)
さつまいもスティック(さつまいも・ごま)

5日(木曜日)

鮭のタルタル(鮭・小麦粉・たまご・玉ねぎ・ピクルス・マヨネーズ・牛乳)
にんじんとツナのサラダ(にんじん・ツナ・ごま・きゅうり)
ちくわチャウダー(焼ちくわ・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・ベーコン・コーン・にんにく・バター・牛乳) ごはん

6日(金曜日)

金メダルカツ(たまご・合いびき肉・玉ねぎ・小麦粉・パン粉)
ひじきの煮物(ひじき・大豆・にんじん・油揚げ・切干大根)
味噌汁(わかめ・玉ねぎ) ごはん

10日(火曜日)(運動会延期の場合)

鶏肉と人参の甘酢煮(鶏肉・にんじん・玉ねぎ)
きゅうりとわかめの酢の物(きゅうり・イカ・わかめ)
味噌汁(さつまいも・ねぎ) ごはん

11日(水曜日)

ピピンバ(もやし・ほうれん草・にんじん・ごま・牛肉・にんにく・のり・ごはん)
卵とかにかまのスープ(たまご・かにかまぼこ・レタス・わかめ)
みかん

12日(木曜日)

きのこごはん(しめじ・えのき・まいたけ・しょうが・ごはん)
さばの味噌煮(さば・しょうが)
きんぴらごぼう(ごぼう・にんじん・豚肉・しらたき・油揚げ・ごま)
そうめん汁(そうめん・かまぼこ・万能ねぎ)

13日(金曜日)

ハヤシライス(牛肉・じゃがいも・にんじん・玉ねぎ・しめじ・ルウ・赤ワイン・ごはん)
コールスロー(キャベツ・きゅうり・コーン・ハム・マヨネーズ)

16日(月曜日)

マーボー豆腐(豆腐・合びき肉・ねぎ・しょうが・にんにく)
もやしとにんじんのナムル(もやし・にんじん・水菜・ごま)
わかめスープ(わかめ・ねぎ・ごま) ごはん

17日(火曜日)

麦ごはん(大麦・ごはん)
さわらの味噌マヨ焼き(さわら・マヨネーズ)
キャベツとツナのおひたし(キャベツ・きゅうり・ツナ・ごま・かつお節)
芋煮汁(里芋・ねぎ・こんにゃく・牛肉)

18日(水曜日)

牛丼(牛肉・玉ねぎ・万能ねぎ・ごはん)
白和え(さつまいも・にんじん・こんにゃく・豆腐・ひじき・はちみつ・柿)
いもきんとん(さつまいも)

19日(木曜日)

春巻き(たけのこ・えのき・豚肉・春巻きの皮)
焼ビーフン(ビーフン・もやし・ハム・ねぎ・ピーマン・干しえび・しいたけ)
中華風コーンスープ(コーンクリーム缶・ねぎ・たまご) ごはん

20日(金曜日)

クリームスパゲッティ(ベーコン・ツナ・玉ねぎ・しめじ・ホワイトソース・牛乳・バター・スパゲッティ)
シーザーサラダ(レタス・レッドキャベツ・きゅうり・ミニトマト・コーン・レモン汁・チーズ・マヨネーズ)

23日(月曜日)

鮭の照り焼き
ほうれん草の胡麻和え(ほうれん草・にんじん・さつま揚げ・ごま)
豚汁(豚肉・もやし・白菜・大根・にんじん・ごぼう・こんにゃく・油揚げ・しめじ・さつまいも) ごはん

24日(火曜日)

栗ごはん(くり・ごはん)
ごぼうとにんじんのかきあげ(ごぼう・にんじん・玉ねぎ・たまご・小麦粉)
きゅうりとささ身のゴマ和え(きゅうり・鶏ささみ・かつお節・ごま)
味噌汁(白菜・油揚げ)

25日(水曜日)

トマト丼(鶏肉・なす・にんじん・玉ねぎ・トマト缶・ごはん)
きゅうりとりんごのサラダ(きゅうり・りんご・にんじん・マヨネーズ)
ミルクプリン(牛乳・練乳・生クリーム・ゼラチン・黒砂糖)

26日(木曜日)

照り焼きチキン
かにかまサラダ(大根・コーン・ツナ・かにかまぼこ・きゅうり・マヨネーズ)
ミルクカレースープ(玉ねぎ・かぼちゃ・なす・にんじん・ベーコン・牛乳・カレー粉・粉チーズ) ごはん

27日(金曜日)

れんこんバーグ(鶏ひき肉・れんこん・ひじき・大葉・たまご)
じゃがいものカレー炒め(じゃがいも・ベーコン・レタス・カレー粉)
味噌汁(大根・さつまあげ) ごはん

30日(月曜日)

炒り鶏(鶏肉・にんじん・れんこん・しいたけ)
ごぼうサラダ(ごぼう・きゅうり・ハム・大根・ごま・マヨネーズ)
味噌汁(ちくわ・ねぎ) ごはん

31日(火曜日) <ハロウィンメニュー>

チーズ入りかぼちゃコロッケ(かぼちゃ・チーズ・小麦粉・たまご・パン粉・ソース)
マカロニサラダ(リボン型マカロニ・きゅうり・ハム・コーン・マヨネーズ)
味噌汁(なす・しめじ・油揚げ) ごはん

