

【10月育膳】

10月22日(水) 献立 ごはん 豆腐の五目炒め はるさめサラダ 牛乳



10月21日(火) 献立 豚肉炒飯 ひじきとコーンのサラダ とろ〜り白菜の中華スープ りんご 牛乳



10月20日(月) 献立 カレーうどん かみかみチップス 牛乳



10月17日(金) 献立 パインパン キッシュ 野菜スープ ミルクコーヒー



10月16日(木) 献立 鶏ごぼうピラフ イタリアンスープ お菓子な目玉焼き 牛乳



10月15日(水) 献立 ごはん 豚肉のしぐれ煮 ボイルキャベツ 味噌汁 牛乳



10月14日(火) 献立 ごはん 魚の黄金焼き 野菜の辛子和え いものこ汁 牛乳



10月10日(金) 献立 えびピラフ カロテンスープ ブルーベリーマフィン 牛乳



10月9日(木) 献立 麻婆豆腐焼きそば ジャがいもとあさりのガリバタ炒め 牛乳



10月8日(水) 献立 ごはん 魚の味噌漬け焼き 枝豆とささみのサラダ 高野豆腐のかき玉汁 牛乳



10月7日(火) 献立 シナモンロール風トースト キャロットドレッシングサラダ 豆乳のクリームスープ 牛乳



10月6日(月) 献立 さつまいもごはん 鶏の生姜照り焼き けんちん汁 お月見なこだんご 牛乳





10月3日（金）献立 練馬カレー おいものサラダ ぶどう 牛乳



10月2日（木）献立 ゆかりごはん 魚の塩焼き もやしと小松菜の生姜醤油和え 田舎汁 牛乳

