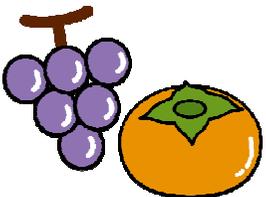
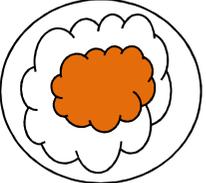
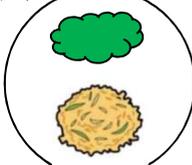
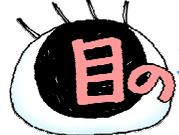
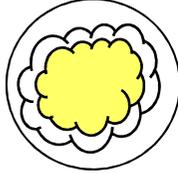
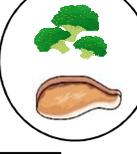
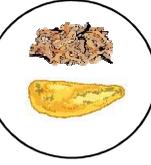




| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 |
|---|--|--|---|---|
|  | 1 カレーライス  あんにん 豆腐  | 2 きんぴら ごぼう  チキン なんばん ごはん ぶたにくと さといもの みそしる  | 3 こまつなの ごまずあえ  さけの マスタードやき ごはん にくじゃが  | 4 しょくいくのひのこんだて ~さがけん~ ブロッコリー ソテー  ギョロツケ わかめ ごはん だぶじる  |
| 7 ぶいかえ きゅうじつ | 8 とりそぼろどん  しょうなんゴールド ゼリー はるさめ スープ  | 9 じこなうどん  チンゲンサイの ソテー  おこのみあげ きつねうどん  | 10 10月 10日は 目の愛護デー  | 11 「め」によいこんだて めのあいごデー ビタミンA たっぷりサラダ  とりにくの コーンフレークや き キャロット シチュー フラワーロール  |
| 14 スポーツの日  | 15 ならともやし のおひたし  てづくりチーズ いりハンバーグ ごはん じゃがいもの みそしる  | 16 ちゅうかどん  ヨーグルト ワンタン スープ  | 17 ゆで キャベツ  てづくり コロツケ こどもパン ふわふわ たまごの スープ  | 18 ひじきの いために  ぶたにくの アップルソース ごはん せんべいじる  |
| 21 ほうれんそう のおひたし  とりにくの からあげ ごはん さつまいもの みそしる  | 22 コーン サラダ  マカロニ グラタン ツイストパン あさりとたま ごのスープ  | 23 ちゅうかめん ちゅうかなムル  キムチ みそラーメン  てづくり はるまき  | 24 かんぴょうの ごまあえ  さばの ねぎみそやき ごはん のっぺいじる  | 25  |
| 28 きりぼし だいこんの いために  わふう ポークピカタ ごはん とうふとわかめの みそしる  | 29 ハヤシライス  ツナサラダ  | 30 ポテトのチーズやき 2しよくあげパン  コンソメ スープ  | 31 きょうじしょく ハロウィンこんだて てづくりアップル ケーキ  かぼちゃの シチュー  あきのめぐみのスパゲティ   |  |