

10月 献立表

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日
なのはなﾌﾞﾗｲ スパゲティサラダ   チキンｼﾞﾝｼﾞｱｰﾌﾗｲ  ごはん みそしる  	こんにゃくの いために   ごまつなの ごまあえ   オｰﾌﾟﾝｵﾑﾚｯﾄﾞ  ごはん コンソメｽｰﾌﾟ  	こうやどうふの たまごとじ   オｸﾗの おひたし   ﾏｽのさかむし  ごはん みそしる  	ｼﾞｰﾏﾝ ﾎﾃﾄﾌｳ   だｲｺﾝの あまｽﾞあえ   やきそば  ごはん みそしる  	ひがえりレク	おやすみ
9日	10日	11日	12日	13日	14日
おやすみ	ごまつなﾌﾞﾗｲ   ｺﾝさいサラダ   にくだんごのｸﾘｰﾑに  ごはん 	がんものにも   しろなの あえもの   はっぽうさい  ごはん ちゅうかｽｰﾌﾟ  	ごったに   ひじきの いりに   プリのてりやき  ごはん みそしる  	かきあげ   うまいないため   きつねうどん  ごはん 	じゃがいもの あまからに   かにふうみ サラダ   タﾝﾄﾞﾘｰﾁｷﾝ  ごはん みそしる  
16日	17日	18日	19日	20日	21日
なすの しょうがに   きりぼしだいこん みずなナムル   とりにくのこうそうばんこやき  ごはん みそしる  	だいこんの くに   わけぎの ぬたあえ   すぶた  ごはん みそしる  	いとこんにんため   はくさいの あえもの   あかうおのみそやき  きのごはん すましじる  	ごぼうの あまからいため   なのはなの あえもの   ﾎﾝﾊﾞｰｸﾞ ﾃﾐｸﾞﾗｽｽｰｽﾞ  ごはん コンソメｽｰﾌﾟ  	やさいサラダ  カレーライス  ﾛﾚﾝｼﾞｾﾘｰ 	おやすみ
23日	24日	25日	26日	27日	28日
キャベツの カﾚｰいため   とうふの にくみそあん   ﾍﾞﾍﾞﾌﾗｲと しろみﾌﾗｲ  ごはん みそしる  	じゃがいも ｼﾞｰﾏﾝため   ごまつなの あえもの   チキンピカタ  ごはん コンソメｽｰﾌﾟ  	さつまいも てんぷら   はくさいの こんぶあえ   ﾏｰﾌﾞｰﾄﾞﾝ  ごはん みそしる  	かぼちゃの あまに   だいこん なます   さけのちゃちゃんやきふう  ごはん かきたまじる  	ｼﾞｰﾌﾝいため   うまいなの あえもの   ゆうりんちー  ごはん みそしる  	ﾍﾞｰｺﾝｻﾗﾀﾞ ﾌﾗｲ   なのはな とさあえ   にくじゃが  ごはん みそしる  
30日	31日				
あげなすいため   きりぼしだいこん ごまあえ   ちゃんぽん  ごはん 	ﾍﾞﾍﾞｶｯﾄﾞ   キャベツサラダ   ﾎﾝﾌﾟｷﾝｼﾞｬｰ  ﾛｰﾙﾊﾞﾝ かぼちゃのﾊﾞﾊﾞﾛｱ  				