

10月 献立表

月	火	水	木	金
	<p>1</p> <p>ごはん 味噌汁 コロッケ盛り合わせ もやし<small>の</small>和え物 茄子といんげん<small>の</small>炒め煮</p>	<p>2</p> <p>おにぎり キムチラーメン ナムル</p>	<p>3</p> <p>ごはん コンソメスープ ムニエル コールスローサラダ ビーフンソテー</p>	<p>4</p> <p>三色丼 味噌汁 しらあ 白和え</p>
<p>7</p> <p>ごはん 味噌汁 和風ハンバーグ マカロニサラダ 高野<small>の</small>卵とじ</p>	<p>8</p> <p>芋ごはん 味噌汁 サンマフライ ほうれん草とえ<small>の</small>きのお浸し 茄子<small>の</small>おろし煮</p>	<p>9</p> <p>おにぎり きつねうどん ひじきと豆<small>の</small>サラダ</p>	<p>10</p> <p>ごはん 味噌汁 魚<small>の</small>生姜煮 ちくわ<small>の</small>酢<small>の</small>物 金平ごぼう</p>	<p>11</p> <p>カツカレー コンソメスープ グリーンサラダ</p>
<p>14</p> <p>やす 休み</p>	<p>15</p> <p>ごはん 味噌汁 魚<small>の</small>南部焼き 酢<small>の</small>物 肉ニラ炒め</p>	<p>16</p> <p>おにぎり しょうゆらーめん しゅうまい</p>	<p>17</p> <p>ごはん すまし汁 若鶏<small>から</small>揚げ いんげん<small>の</small>胡麻和え 大根<small>の</small>味噌煮</p>	<p>18</p> <p>ビビンバ丼 中華スープ けんちん煮</p>
<p>21</p> <p>ごはん すまし汁 魚<small>の</small>塩焼き ピーナッツ和え 里芋<small>の</small>田楽</p>	<p>22</p> <p>やす 休み</p>	<p>23</p> <p>おにぎり 田舎そば 茄子<small>のみ</small>炒め</p>	<p>24</p> <p>ごはん 味噌汁 豚肉生姜炒め 春雨<small>の</small>酢<small>の</small>物 信田煮</p>	<p>25</p> <p>親子丼 味噌汁 カリフラワー梅肉和え</p>
<p>28</p> <p>ごはん 味噌汁 魚<small>の</small>ポン酢焼き マカロニサラダ キャベツ<small>の</small>ソテー</p>	<p>29</p> <p>ロールパン コンソメスープ チキンピカタ サラダ ジャガイモ<small>の</small>ベーコン炒め</p>	<p>30</p> <p>おにぎり カレーうどん 菜<small>の</small>花<small>の</small>和え物</p>	<p>31</p> <p>栗ご飯 すまし汁 魚<small>の</small>味噌煮 もずく<small>の</small>酢<small>の</small>物 冷や奴</p>	