

10月もいっつけひょう

月	火	水	木	金
2日  ピンパ (肉炒め・ナムル) ごはん 豆腐スープ	3日  ミックスポテト 二色揚げパン 肉団子スープ	4日  華風和え イカのバター醤油焼き 中華風炊きこみご飯 スーミタン	5日  地粉うどん アーモンドをまぜてね きつねうどん アーモンド和え ちくわの磯辺揚げ	6日  コーンサラダ チキンのバーベキューソース焼き シーフードピラフ コンソメスープ
9日  体育の日	10日  福神漬 ツナとゴマをまぜてね カレーライス ビーンズサラダ	11日  ゴマをまぜてね ごまあえ ソフトカレーの竜田揚げ ごはん 高野豆腐の煮物	12日  手作りふりかけ 酢豚 ごはん 中華スープ	13日  くるみをまぜてね さわらの照り焼き ごはん みそ汁
16日  ゴマをまぜてね ナムル 手作りリシューマイ ごはん 中華丼	17日  パリパリサラダ ジャコとアーモンドをまぜてね 焼きカレーパン じゃがいものコンソメスープ煮	18日  のりをまぜてね 磯香和え さばの竜田揚げ さつまいもごはん 豚汁	19日  ヨーグルト お好み焼き 焼きそば レンオアタン 食育の日の献立	20日  レバーとポテトのマリアナソース じゃこチャーハン 春雨スープ
23日  中華サラダ 餃子フライ ごはん マーボー豆腐	24日  おひたし 鮭のごまマヨネーズ焼き ごはん 芋煮	25日  コールスローサラダ スライスチーズ ハンバーグ 子どもパン 洋風かき玉スープ	26日  合唱祭	27日  ゴマをまぜてね ごま酢和え 鶏肉のから揚げ わかめごはん みそ汁
30日  かんぴょうの和え物 ほっけの塩焼き ごはん 五目煮	31日  ジャコをまぜてね 鉄骨サラダ かぼちのチーズ焼き きのコピラフ チンゲンサイのスープ	<大阪府の郷土料理> お好み焼き 19日(水)にです		28日  ツナとゴマをまぜてね ハヤシライス ツナサラダ