



# 10月献立表



月	火 1	水 2	木 3	金 4
☆ご注文は1週間ごとにお願 いいたします。きょうだいで 注文が異なる場合は封筒を分 けてください。代金は一緒に 入れていただいて構いませ ん。	米飯 ホキのピカタ 回鍋肉風 いんげんの和え物 ゆし豆腐	米飯 チキンカツ ひじきのそぼろ煮 菜の花の和え物 豚とパパイヤのみそ汁	米飯 豚肉のニラ醤油 かんぴょうと厚揚げの炊 オクラのゆず和え もずくの味噌汁	米飯 ミニハンバーグ ふーちゃんぶるー パパイヤのしそ和え 椎茸のみそ汁
7	8	9	10	11
米飯 白身魚のネギ焼き 千切りイリチー 玉ねぎとコーン和え キャベツのみそ汁	米飯 豚肉のトマトドレッシング きんぴらパパイヤ ひじきのゆず和え 高野豆腐の味噌汁	カレーライス レモンゼリー	米飯 お好みオムレツ ゴーヤーチャンプルー 大豆のフレンチ和え 小巻麩のみそ汁	米飯 魚のドレッシングかけ 野菜スープ煮 春雨サラダ 卵のみそ汁
14	15	16	17	18
休校ーコロンプス記念日	米飯 ホキのカレー焼き かぼちゃの煮物 ピーマンのバジル和え 白菜のみそ汁	ジューシー 鶏つくね焼き インゲンの塩麹炒め ポテトサラダ わかめの味噌汁	米飯 カレイのトマトソースが 人参シリシリ ブロッコリーの和え物 ゆし豆腐	米飯 鶏の甘辛焼き キャベツソテー うどんサラダ 椎茸のみそ汁
21	22	23	24	25
米飯 ホキのみどり酢ダレ ごぼうの炒め煮 オクラの梅和え (保) 白菜のみそ汁	米飯 鶏の塩焼き ひじきの五目炒め パパイヤの和え物 ゆし豆腐	クリームシチュー ストロベリーゼリー	米飯 肉焼売 麻婆春雨 竹の子の和え物 高野豆腐の味噌汁	米飯 魚の香草焼き 冬瓜の味噌煮 青菜の和え物 豚汁
28	29	30	31	
米飯 豆腐ハンバーグ かんぴょうイリチー ポテトサラダ わかめの味噌汁	米飯 ホキの塩麹漬け パパイヤの洋風炒め煮 ナスの和え物 豚汁	米飯 豚肉の梅風味 れんこんの胡麻炒め オニオンサラダ ゆし豆腐	米飯 干草風卵 南瓜と鶏肉の煮物 ほうれん草サラダ 冬瓜のみそ汁	

★食材料等の都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。