

令和4年10月 こんだて写真集

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3日	4日	5日	6日	7日
				
① 牛乳 ② 麦ごはん ③ 豆乳飛鳥汁 ④ 魚のカレーマヨ焼き	① 牛乳 ② 麦ごはん(少なめ) ③ 親子うどん ④ ちくわの磯部天ぷら	① 牛乳 ② 黒糖パン ③ クラムチャウダー ④ ごぼうサラダ	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ 切干大根の煮物 ④ 根菜ハンバーグ	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ みそ汁 ④ 豚肉のしょうが炒め ⑤ ブルーベリーゼリー
10日	11日	12日	13日	14日
				
スポーツの日	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ 芋煮 ④ チキン南蛮	① 牛乳 ② ミルクパン ③ ミートボールのチャップ煮 ④ ツナとマカロニのソテー	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ 麻婆豆腐 ④ 春雨サラダ	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ みそ汁 ④ 魚のごまだれ焼き ⑤ 洋梨ゼリー
17日	18日	19日	20日	21日
				
① 牛乳 ② 麦ごはん ③ 鶏と豆のカレー ④ フルーツ杏仁 ⑤ チーズ	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ スーミータン ④ きびなごの辛味ソース	① 牛乳 ② 小型パン(レーズンクリーム) ③ きのことあさりのスパゲティ ④ 元気サラダ	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ みそ汁 ④ 鶏のフルーティソース	① 牛乳 ② ポークガーリックライス ③ クリームシチュー ④ クリハー ⑤ アーモンド(中のみ)
24日	25日	26日	27日	28日
				
① 牛乳 ② 麦ごはん ③ おでん風煮 ④ パパイアのごま和え	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ みそ汁 ④ 魚のみぞれ和え ⑤ ヨーグルト	① 牛乳 ② 米粉パン ③ カランガ ④ りんご ⑤ 黒豆きなこクリーム	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ 秋の味覚汁 ④ もずくどんぶりの具	① 牛乳 ② 麦ごはん ③ 和風ポトフ ④ いりこの香り和え ⑤ かぼちゃマフィン
31日	セサミストリート(嘉鈍集落)			
				
① 牛乳 ② 麦ごはん ③ ちゅんこ汁 ④ カツオと卵のそぼろ				