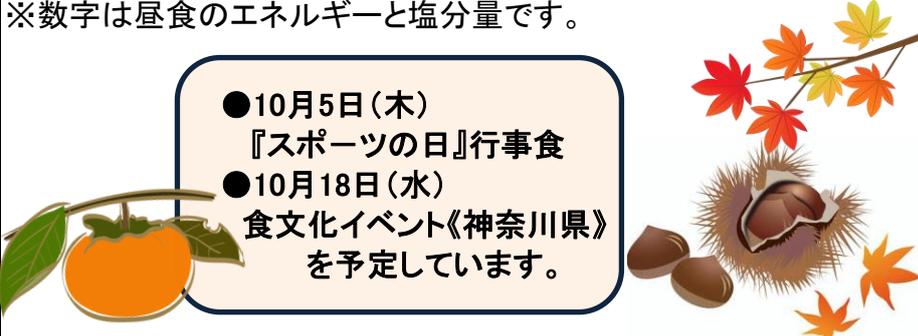


# 10月献立表

日	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
	紅茶	りんごジュース	はちみつレモン	コーヒー牛乳	カルピス	レモンティー
	御飯 豚肉の味噌煮 アスパラとツナのソテー 高菜炒め すまし汁 フルーツカクテル缶 560kcal 2.9g	御飯 赤魚のきのこあんかけ いんげんとコーンの サラダ 金時煮豆/すまし汁 マンゴー缶 455kcal 2.2g	御飯 擬製豆腐 切り干し大根の煮物 しば漬け 味噌汁 白桃缶 485kcal 3.3g	●栗ご飯 鮭の幽庵焼き なすとがんもの 炊き合わせ 三色煮豆 きのこ汁/柿 550kcal 3.0g	御飯 さわらの生姜煮 小松菜の干しえび炒め うぐいす煮豆 味噌汁 りんご缶 473kcal 2.7g	ポークカレー 福神漬け カリフラワーのサラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト 533kcal 3.3g
	黒糖まんじゅう	抹茶どら焼き	いちごミルクプリン	紅茶ケーキ	ミニたい焼き	エクレア
	9	10	11	12	13	14
	ミルクティー	カルピス	ぶどうジュース	はちみつレモン	ミルクティー	カルピス
	御飯 豚肉と野菜の 中華炒め ブロッコリーのサラダ しば漬け/中華スープ マンゴー缶 541kcal 2.9g	鶏めし 干草卵焼き チンゲン菜の ポン酢和え 三色煮豆/味噌汁 フルーツカクテル缶 541kcal 3.8g	御飯 たらのゆかり揚げ じゃが芋の煮物 千切り大根漬け 味噌汁 りんご缶 496kcal 3.1g	御飯 鶏肉の 味噌マヨネーズ焼き いんげんの磯和え しば漬け すまし汁/黄桃缶 461kcal 3.3g	野菜醤油ラーメン えびしゅうまい みかんゼリー 599kcal 4.4g	御飯 メバルの塩こうじ焼き なすのそぼろ煮 さくら漬け 味噌汁 白桃缶 454kcal 3.2g
	メープルプチケーキ	薄皮まんじゅう	ショコラプチケーキ	パニラババロア	ドームケーキ(カスタード)	今川焼き
	16	17	18	19	20	21
	コーヒー牛乳	はちみつレモン	ミルクティー	ぶどうジュース	カルピス	コーヒー牛乳
	御飯 さばの味噌煮 カリフラワーのマリネ 昆布佃煮 すまし汁 フルーツカクテル缶 465kcal 3.2g	御飯 メンチカツ ごぼうとちくわの 炒り煮 さくら漬け/味噌汁 パイ缶 541kcal 3.1g	●梅しらす丼 豚肉のほうじ茶蒸し キャベツといか団子の 塩こうじ炒め けんちん汁 フルーツポンチ 560kcal 3.4g	御飯 白身魚の タルタルソース焼き カリフラワーのカレー風味 青きゅうり漬け コンソメスープ/パイ缶 487kcal 2.9g	御飯 えびと生揚げの チリソース風 ビーフソテー 高菜炒め/中華スープ りんご缶 558kcal 2.9g	御飯 鶏肉ときのこの バーベキュー炒め じゃが芋のミルク煮 白菜漬け/かき玉スープ 黄桃缶 516kcal 2.7g
	ヨーグルトケーキ	ロールケーキ	抹茶パンケーキ	どら焼き	チョコプリン	いちごクレープ
	23	24	25	26	27	28
	紅茶	コーヒー牛乳	カルピス	りんごジュース	はちみつレモン	紅茶
	親子丼 ほうれん草の しらす和え 三色煮豆/味噌汁 マンゴー缶 525kcal 3.0g	柚子の香うどん かぼちゃのいとこ煮 ピーチゼリー 484kcal 3.5g	御飯 豚肉のしぐれ煮 じゃが芋とツナの 炒め物 金時煮豆 味噌汁/パイ缶 567kcal 2.9g	シーフードカレー 福神漬け トマトサラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト 481kcal 3.6g	菜飯 五目卵焼き キャベツとコーンの サラダ うぐいす煮豆 豚汁/白桃缶 568kcal 3.0g	御飯 揚げ魚の野菜あん ポテトサラダ 青きゅうり漬け 味噌汁 みかん缶 508kcal 2.9g
	今川焼き(カスタード)	メープルパンケーキ	★セレクト	もみじまんじゅう	焼きドーナツ	あずきプリン
	30	31	※数字は昼食のエネルギーと塩分量です。			
	ぶどうジュース	レモンティー	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>●10月5日(木) 『スポーツの日』行事食</p> <p>●10月18日(水) 食文化イベント《神奈川県》 を予定しています。</p> </div> 			
	御飯 白身魚の マヨネーズ焼き かぶのミルク煮 金時煮豆/コンソメスープ パイナップル 476kcal 3.0g	御飯 豚肉の オイスターソース炒め チンゲン菜のごまサラダ 高菜炒め 野菜汁/白桃缶 554kcal 3.0g				
	芋まんじゅう	かぼちゃプリン★				

\* 仕入れの都合により献立を変更することがございますのでご了承下さい。