

１０月　１９日（月）

さつまいもごはん　　牛乳

いりやき

さばの塩焼き

きゅうりのしそ和え



１０月　２０日（火）

ごはん　　牛乳

肉みそおでん

小松菜と春雨の酢の物

みかん



１０月　２１日（水）

黒砂糖パン　　牛乳

ちゃんぽん

焼きぎょうざ

大根の中華炒め



１０月　２２日（木）

麦ごはん　　牛乳

根菜ごまキムチ汁

鶏肉とレバーの揚げがらめ



１０月　２３日（金）

コッペパン　　牛乳

ミネストローネ

ポテトオムレツ

海藻サラダ