



10月 5日(月)

ごはん

牛乳

トック

豚肉の韓国風炒め物

りんご



10月 6日(火)

ごはん 牛乳

秋野菜の煮物

焼きししゃも

ほうれん草のごま和え



10月 7日 (水)

はちみつパン

牛乳

じゃがいものベーコン煮

チキンサラダ (チキン、野菜)



10月 8日 (木)

小豆ごはん

牛乳

さらさ汁

ぶりの揚げ煮

紅白なます



10月 9日(金)

コッペパン 牛乳

キャロットポタージュ

鶏肉のパン粉焼き

キャベツとエリンギのソテー