

※食材の仕入れ状況により、内容は変更する場合がございます。

		肉	エネルギー (kcal)	魚	エネルギー (kcal)	丼物	エネルギー (kcal)	ルウ物	エネルギー (kcal)	麺類	エネルギー (kcal)
16	金	肉コロッケ ひじき煮 大根サラダ ご飯 汁物 フルーツ	700	赤魚の西京焼き ひじき煮 大根サラダ ご飯 汁物 フルーツ	519	中華丼 ひじき煮 大根サラダ 汁物 フルーツ	503	シーフードカレー ひじき煮 大根サラダ 汁物 フルーツ	579	ミートソースパスタ ひじき煮 大根サラダ ご飯 汁物 フルーツ	551
17	土	豚肉と白菜の旨煮 ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え ご飯 汁物 フルーツ	571	タラの野菜あんかけ ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え ご飯 汁物 フルーツ	574	焼肉丼 ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え 汁物 フルーツ	613	シーフードカレー ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え 汁物 フルーツ	611	けんちんきしめん ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え ご飯 フルーツ	468
19	月	豆腐のそぼろあん 春巻き 春雨サラダ ご飯 汁物 漬物	774	天津飯 春巻き 春雨サラダ ご飯 汁物 漬物	717	牛丼 春巻き 春雨サラダ 汁物 漬物	811	ハヤシライス 春巻き 春雨サラダ 汁物 漬物	787	焼うどん 春巻き 春雨サラダ ご飯 汁物 漬物	640
20	火	とり天 高野豆腐の卵とじ もやしのゆかり和え ご飯 汁物 漬物	599	鰯の胡麻味噌煮 高野豆腐の卵とじ もやしのゆかり和え ご飯 汁物 漬物	545	豚丼 高野豆腐の卵とじ もやしのゆかり和え 汁物 漬物	541	ハヤシライス 高野豆腐の卵とじ もやしのゆかり和え 汁物 漬物	612	肉団子そば 高野豆腐の卵とじ もやしのゆかり和え ご飯 漬物	482
21	水	🍄ごちそうの日🍄									
22	木	肉団子の五目煮 卵焼き わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	563	タラの甘酢あんかけ 卵焼き わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	541	焼き鳥丼 卵焼き わかめの生姜和え 汁物 漬物	545	クリームシチュー 卵焼き わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	611	和風パスタ 卵焼き わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	537
23	金	豚肉の野菜炒め 白菜のコンソメ煮 かぼちゃサラダ ご飯 汁物 漬物	605	白身魚のマヨ焼き 白菜のコンソメ煮 かぼちゃサラダ ご飯 汁物 漬物	655	たまご丼 白菜のコンソメ煮 かぼちゃサラダ 汁物 漬物	565	クリームシチュー 白菜のコンソメ煮 かぼちゃサラダ ご飯 汁物 漬物	673	ちくわ天きしめん 白菜のコンソメ煮 かぼちゃサラダ ご飯 漬物	532
24	土	牛肉のしぐれ煮 チンゲン菜のごま炒め はりはりサラダ ご飯 汁物 漬物	642	赤魚の幽庵焼き チンゲン菜のごま炒め はりはりサラダ ご飯 汁物 漬物	495	中華丼 チンゲン菜のごま炒め はりはりサラダ 汁物 漬物	556	クリームシチュー チンゲン菜のごま炒め はりはりサラダ ご飯 汁物 漬物	648	ちゃんぽんめん チンゲン菜のごま炒め はりはりサラダ ご飯 漬物	500
26	月	豚肉の生姜焼き がんもの煮物 春菊のなめたけ和え ご飯 汁物 フルーツ	559	鰯のかば焼き がんもの煮物 春菊のなめたけ和え ご飯 汁物 フルーツ	555	親子丼 がんもの煮物 春菊のなめたけ和え 汁物 フルーツ	574	ひき肉のカレー がんもの煮物 春菊のなめたけ和え 汁物 フルーツ	635	おぼろ昆布そば がんもの煮物 春菊のなめたけ和え ご飯 フルーツ	415
27	火	牛すき煮 ホタテ風味フライ コールスローサラダ ご飯 汁物 フルーツ	718	赤魚の利休焼き ホタテ風味フライ コールスローサラダ ご飯 汁物 フルーツ	578	麻婆丼 ホタテ風味フライ コールスローサラダ 汁物 フルーツ	613	ひき肉のカレー ホタテ風味フライ コールスローサラダ 汁物 フルーツ	732	丸天うどん ホタテ風味フライ コールスローサラダ フルーツ ご飯	509
28	水	治部煮 小松菜の炒め物 白菜のゆず和え ご飯 汁物 フルーツ	570	タラの磯部揚げ 小松菜の炒め物 白菜のゆず和え ご飯 汁物 フルーツ	542	はいから丼 小松菜の炒め物 白菜のゆず和え 汁物 フルーツ	515	ひき肉のカレー 小松菜の炒め物 白菜のゆず和え 汁物 フルーツ	608	クリームパスタ 小松菜の炒め物 白菜のゆず和え ご飯 汁物 フルーツ	541
29	木	お好み焼き風卵焼き 切干大根煮 ひじきサラダ ご飯 汁物 フルーツ	590	豆腐のエビあんかけ 切干大根煮 ひじきサラダ ご飯 汁物 フルーツ	596	焼肉丼 切干大根煮 ひじきサラダ 汁物 フルーツ	589	ミートボールシチュー 切干大根煮 ひじきサラダ ご飯 汁物 フルーツ	642	鶏ごぼうきしめん 切干大根煮 ひじきサラダ ご飯 フルーツ	451
30	金	鶏肉の照り焼き 厚揚げの煮物 ごぼうサラダ ご飯 汁物 フルーツ	635	しらす丼 厚揚げの煮物 ごぼうサラダ ご飯 汁物 フルーツ	498	豚丼 厚揚げの煮物 ごぼうサラダ 汁物 フルーツ	602	ミートボールシチュー 厚揚げの煮物 ごぼうサラダ ご飯 汁物 フルーツ	700	塩焼きそば 厚揚げの煮物 ごぼうサラダ ご飯 汁物 フルーツ	593
31	土	🎃ハロウィン・かぼちゃの日🎃									