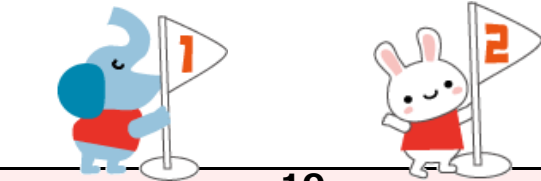


10月

月		火		水		木		金	
						1		2	
						 サーモンフライ 星形オムレツ インゲン ポムデュセス たらこふりかけ フルーツ		 エビカツ お好み焼き ブロッコリー 肉団子と人参煮 野菜ふりかけ フルーツ	
5		6		7		8		9	
 カニクリームコロッケ チーズつくね ブロッコリー ひじき煮 たまごふりかけ フルーツ		 メンチカツ 焼きハム 人参煮 鯖塩焼き おかかふりかけ フルーツ		 カレー とんかつ 麦ごはん 福神漬け フルーツ		 鶏肉スタミナ焼き 白身魚フライ 人参さつま揚げ じゃがまるくん 鮭ふりかけ フルーツ		 豚肉みそ焼き 南瓜コロッケ ブロッコリー 切干大根サラダ 野菜ふりかけ フルーツ	
12		13		14		15		16	
 スポーツの日		 豆腐ハンバーグ コーンコロッケ インゲン がんもと人参煮 たらこふりかけ フルーツ		 チキンピカタ 海老フライ ブロッコリー 大学芋 鮭ふりかけ フルーツ		 クリームシチュー マカロニサラダ 麦ごはん フルーツ		 豚肉生姜焼き 三角チーズポテトフライ ブロッコリー 春雨サラダ たまごふりかけ フルーツ	
19		20		21		22		23	
 ヒレカツ カニ焼売 ブロッコリー 切干大根煮 鮭ふりかけ フルーツ		 豚丼煮 チキンナゲット ジャーマンポテト 麦ごはん フルーツ		 タンドリーチキン 星形コロッケ ブロッコリー 肉団子と人参煮 (デミス) たらこふりかけ フルーツ		 豚肉スタミナ焼き ドーナツコロッケ 焼きチーズかまぼこ 人参煮/インゲン 五目ごはん フルーツ		 野菜肉巻き グラタンコロッケ ブロッコリー じゃがまるくん 鮭ふりかけ フルーツ	
26		27		28		29		30	
 ハンバーグ 野菜コロッケ ブロッコリー 豆竹輪と大根煮 たまごふりかけ フルーツ		 チキンカツ 玉子焼き 人参煮 花形さつま揚げ インゲン/フルーツ たらこふりかけ		 豚肉ゴマみそ焼き カレーコロッケ ブロッコリー ツナ大根サラダ 野菜ふりかけ フルーツ		 鶏肉照り焼き さつま芋天 インゲン たこ焼き 鮭ふりかけ フルーツ		 ポークハヤシ 鶏肉唐揚げ 麦ごはん フルーツ	