


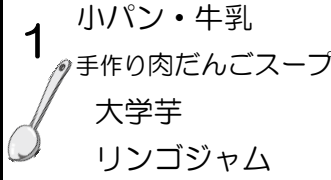
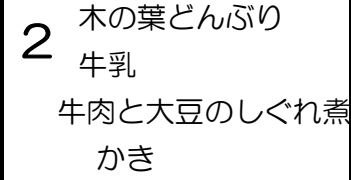





















月	火	水	木	金
				
				
5 ごはん・牛乳 サバのゆずみそかけ キャベツとわかめの酢の物 えのきのすまし汁	6 小いもパン・牛乳 さつまいもシチュー プレーンオムレツ 野菜サラダ	7 きのごはん・牛乳 おからコロッケ 白菜のおひたしゆず風味 さわ煮わん	8 プチパン・牛乳 五目ラーメン 揚げぎょうざ フルーツヨーグルト	9 ごはん・牛乳 そばろ煮 なっとう和え もみじ和え
				
12 ごはん・牛乳 焼きシシャモ こんぶ豆煮 さつまいものみそ汁・りんご	13 小パン・牛乳 ミルファンティ ハンバーグのきのこソース ジャーマンポテト	14 菜めし・牛乳 みそおでん ごぼうのごま酢和え	15 小パン・牛乳 豚とパインの揚げ煮 はるさめスープ 黒豆きなこクリーム	16 赤飯・牛乳 マスの塩焼き ほうれん草としめじのおひたし のっぺい汁・ヨーグルト
				
19 ごはん・牛乳 蒸しシューマイ マーボーはるさめ わかめスープ	20 小揚げパン・牛乳 たまごとじ煮 チンゲンサイとコーンのソテー	21 ごはん・牛乳 山の芋のかき揚げ 水菜のおひたし ぶた汁・みかん	22 小パン・牛乳 ポークビーンズ 香草入りウインナー ブロッコリーのサラダ	23 勤労感謝の日
				
26 ごはん・牛乳 はくさいの煮物 サバでんぶ わかめの酢の物	27 小パン・牛乳 八宝菜 いもかりんとう 炒めビーフン	28 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) 大豆とかえりの揚げ煮 キャベツのアーモンド和え	29 小パン・牛乳 マカロニのクリーム煮 大根とツナのサラダ みかん	30 ごはん・牛乳 チキンカツのみそだれ 白菜と水菜のおひたしゆず風味 かきたま汁
