

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
文化の日	ごはん 筑前煮 ツナと大根の和えもの	菜めし しょうゆラーメン れんこんサラダ	ごはん ポークビーンズ 野菜ソテー 果物（祇園坊柿）	ごはん 冬瓜入りの麻婆豆腐 パンサンスー
				
10	11	12	13	14
ごはん うま煮 酢のもの	麦ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ゆかり和え けんちん汁	カレーライス まめまめサラダ 果物（みかん）	ごはん 鶏のごまだれ焼き よろこぶキャベツ 豚汁	ごはん 寄せ鍋風汁 嗜みってる！GoGo炒め
				
17	18	19	20	21
鶏肉ときのこの スパゲッティ コーンサラダ レアチーズ	牛丼 ナムル 果物（りんご）	ロールパン スッブリ 添え野菜 コンソメスープ	ごはん 魚の西京焼き 大豆の磯煮 すまし汁	さつまいもごはん がんもどきの五目煮 梅肉和え
				
24	25	26	27	28
勤労感謝の日の振替休日	ごはん カレーうどん ごまドレッシングサラダ	吹き寄せごはん 高野豆腐の卵とじ もやしの和えもの	セルフホットドック ソーセージ・ケチャップ ボイルキャベツ ポトフ風	麦ごはん 魚の塩焼き ポン酢和え 相性汁
				

R7

