



10月6日

けんちんうどん／牛乳

厚焼き玉子／こんにゃくサラダ

10月7日

コッペパン／牛乳

野菜コロッケ／ペンネソテー

コーンスープ



10月8日

ご飯／牛乳

イナダのみそ焼き／ひじきの煮物

沢煮椀



10月11日

ピリ辛焼肉丼／牛乳

豆もやしのナムル

わかめと豆腐のスープ

レシピ掲載
(ピリ辛焼肉丼)



10月12日

ご飯／牛乳

マーボーナス／さつまいものサラダ

みそワントンスープ

