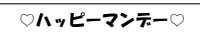


| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|---|--|---|---|
| 2  ごはん 牛乳 みそカツ キャベツ梅風味 もずくスープ 10月から新米です | 3 <u>朝食野菜プラス1メニュー</u> ごはん 牛乳 さわらの照り焼き <u>ピーキャロじゃこ炒め</u> 豚汁 プルーン | 4 麦ごはん 牛乳 なすとひき肉のカレー ゆばサラダ りんご | 5 ごはん 牛乳 焼ししゃもレモン風味 マカロニサラダ とり肉と大根のうま煮 | 6 栗ごはん 牛乳 豆腐のまさご揚げ きゅうりのピリカラ なめこの赤だし |
| 9 スポーツの日  | 10 <u>目の愛護デー献立</u> ごはん 牛乳 魚の朝倉山椒マヨ焼き にんじんシリシリ もち麦めんの汁 ブルーベリーゼリー | 11 ロールパン 牛乳 皿うどん 小松菜ぎょうざ みかん | 12 ごはん 牛乳 さばの香味焼き 呉なます 卵とコーンのスープ | 13 <u>大屋小町まつり献立</u> ひじきごはん 牛乳 焼き栗コロッケ アーモンド和え みそワタンスープ |
| 16 麦ごはん 牛乳 秋味シチュー 野菜のごまドレッシング 赤梨 | 17 麦ごはん 牛乳 卵のミートカップ こんにゃくのおかか炒め キャベツたっぷりスープ | 18 <u>かむかむデー</u> ごはん 牛乳 とり肉のねぎソース イカとひじきのマリネ 根菜のカレー煮 | 19 <u>はばたん献立</u> 鶏ごぼうごはん 牛乳 かますのフライ ほうれん草のおひたし さつまいものみそ汁 | 20 ごはん 牛乳 魚の和風ピカタ 茎わかめサラダ 秋野菜のかす汁 ヨーグルト |
| 23 ごはん 牛乳 なすのミートグラタン コロコロサラダ チンゲン菜の卵スープ | 24 麦ごはん 牛乳 さんまの揚げ煮 甘柿サラダ さといものみそ汁 | 25 <u>郷土料理</u> ごはん 牛乳 焼きチヂミ 切干大根のソース炒め 養父市 <u>はちぶせ鍋</u> | 26 ごはん 牛乳 酢どり そくせき和え りんご | 27 豚キムチチャーハン 牛乳 鮭のごま焼き はりはり漬け みそラーメンスープ |

(材料の都合で献立を変更することがあります)