























	火	水	木	金
				
				
3 文化の日	4 パン・牛乳 ポトフ スパゲティサラダ かき	5 木の葉どんぶり 牛乳 焼きシシャモ・みかん 白菜ともやしのごま和え	6 小パン・牛乳 ホキのオレンジ焼き ジャーマンポテト ミルファンティ	7 ごはん・牛乳 そばろ煮 なっとう和え もみじ和え
				
10 ごはん・牛乳 とりのゆず香り揚げ 小松菜ともやしのおひたし のっぺい汁	11 小パン・牛乳 マカロニのクリームソース ツナと大根のサラダ りんご	12 きのこごはん・牛乳 きびなごごまフライ わかめとキャベツの酢の物 さつまいものみそ汁	13 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	14 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) 大豆とかえりの揚げ煮 ほうれん草とキャベツのソテー
				
17 ごはん・牛乳 サバのゆずみそかけ わかめと大根の酢の物 さわ煮わん	18 小揚げパン・牛乳 八宝菜 はるさめサラダ	19 菜めし・牛乳 みそおでん ごぼうのごま酢和え かき	20 パン・牛乳 焼きハンバーグ ポテトサラダ 野菜スープ	21 ごはん・牛乳 山の芋かき揚げ はくさいと水菜の即席漬け 大根のみそ汁・みそ汁
				
24 振替休日	25 小パン・牛乳 クリームスープ サケのみそマヨネーズ焼き かぶときゅうりのサラダ	26 ごはん・牛乳 ビーフコロケ 切り干し大根の炒めナムル 呉汁(ごじる)	27 小パン・牛乳 とうふの煮物 カレービーフン いもかりんとう	28 ごはん・牛乳 マスのごまだれかけ ほうれん草としめじのおひたし ゆばのすまし汁・みかんゼリー
