

日	曜日	献立			
		主食	副食		添え物
1	火	コッペパン	とんこつフォー	りんかけナッツ	イチゴジャム
2	水	白ごはん	じゃがいもの南蛮煮	さんまのからあげ	かぼす
3	木	小型米粉パン	秋味シチュー	ほうれんそうオムレツ	ブロッコリーのごまドレッシング
4	金	白ごはん	雑穀入り野菜スープ	肉じゃがコロッケ	山国の梨
7	月	白ごはん	けんちん汁	はもそぼろ丼	
8	火	小型ミルクパン	ABCスープ	クリスピーチキン	耶馬溪のお茶豆
9	水	白ごはん	鶏肉ときのこのカレー	蓮根のごまサラダ	
10	木	コッペパン	大豆入りミネストローネ	マカロニグラタン	ブルーベリーゼリー
11	金	白ごはん	あぶたま丼	切り干し大根のツナ和え	
15	火	コッペパン	チリコンカン	白身魚のコンマヨネズ 焼き	
16	水	白ごはん	里芋ときのこのみそ汁	大豆ナゲット	ひじきと押麦の佃煮
17	木	コッペパン	とり肉とペンネのトマト煮	まめまめサラダ	
18	金	白ごはん	大根の味噌汁	とり天	手作りかぼすゼリー
21	月	白ごはん	豚肉と大根の煮物	照焼チキンパティ	キャベツのおかか和え
22	火	黒糖パン	ひよこ豆のスープ	ししゃもフライ	一食チーズ
23	水	白ごはん	スタミナ麻婆豆腐	わかめとしらすのサラダ	
24	木	小型コッペパン	クリームスパゲティ	フランクフルトのケチャップソースかけ	
25	金	白ごはん	さつま汁	県産ぶりの照り焼き	うま味和え
28	月	白ごはん	かきたま汁	鶏肉のごま焼き	高菜炒め
29	火	小型コッペパン	焼きそば	フルーツ白玉	
30	水	白ごはん	ポークハヤシ	グリーンサラダ	
31	木	小型パンプキンパン	オニオンスープ	きのこソースハンバーグ	かぼちゃムース