

これまでのこんだて

h27 10月



麦ご飯 牛乳

めだい西京
漬け焼き

酢の物

麻婆豆腐

りんごヨーグルト



ご飯 牛乳

鶏肉のレモン
ソース揚げ

人参胡麻味噌
サラダ

三種の豆スープ



ご飯 牛乳
さといもコロッケ
のりずあえ
豆腐のうま煮



ご飯 牛乳
鮭のきのこ
あんかけ
かぼちゃのサラダ
ほうれんそうと
卵のスープ



麦ご飯 牛乳

ブルコギ

きゅべつナムル

白身魚のスープ



味噌ラーメン

牛乳

こまつなの
からしあえ

だいがくいも



栗ご飯 牛乳
秋刀魚の塩焼き
れんこんサラダ
けんちんじる
柿



ご飯 牛乳
鰯のかば焼き
もやしの
あえもの
ごじる



ご飯 牛乳

ちくさ焼き

鶏肉とごぼうの
炒り煮

麩のすましじる

柿



ご飯 牛乳

さばの香味焼き

じゃことコーンの
ナムル

さつまじる



玄米ご飯 牛乳

ローズポーク
とんかつ

ゆできゃべつ

さわにわん

キウィ



ご飯 牛乳

豆腐の
まつかぜ焼き

きんぴらごぼう

きのこ汁



ご飯 牛乳

肉炒め

ミモザあえ

あさりと白菜
のスープ



玄米ご飯 牛乳

トマトとチーズの
たまごやき

ちんげんのソテー

春雨と白菜の
スープ



ご飯 牛乳
さばの味噌煮
おひたし
こうや豆腐
の煮物



コッペパン 牛乳
いちごジャム
チリコンカン
ブロッコリー
サラダ
ベジタブル
チャウダー



ご飯 牛乳

かにたまの
あまずあん

れんこんの
味噌サラダ

さつまとねぎの
豆乳味噌汁



麦ご飯 牛乳

蛙のちゃんちゃん
炒め

ブロッコリーの
のりおかかえん

豚肉のはりはり汁



ご飯 牛乳
ポークステーキ
こまつなの
中華炒め
味噌汁