

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
03 文化の日	04 牛乳 ちゃんぽんめん 春巻き 切り干し大根のナムル	05 牛乳 ごはん 鮭のチャンチャン焼き もやしの和え物 豆腐のすまし汁	06 牛乳 ごはん 鶏のレモン漬け 白菜のゆかり和え 根菜のみそ汁	07 牛乳 ごはん 中華風玉子焼き 海藻サラダ トックスープ
				
	【カミカミメニュー】			
10 牛乳 ナン キーマカレー フライドポテト 大根の和風サラダ チョコタルト	11 牛乳 ごはん 鶏のスタミナ焼き ほうれん草とハムの和え物 ちゃんこ汁	12 牛乳 ごはん さばのみぞれがけ 白菜のごま昆布和え 豚じゃが	13 牛乳 ごはん 豚肉とキムチの炒め物 バンサンスー 五目スープ	14 牛乳 ごはん ホキの甘酢あんかけ 小松菜のサラダ 呉汁
				
【浜中希望献立】	【セコガニ・小】			
17 牛乳 揚げパン 蒸し鶏のごまがらめ フレンチサラダ かぼちゃのポタージュ	18 牛乳 秋の香ごはん 鮭の塩こうじ焼き ほうれん草の白和え 浜坂ちくわのすまし汁	19 牛乳 ごはん ヤンニョムチキン チャプチェ わかめスープ	20 牛乳 ごはん 浜坂竹輪のマヨネ焼き きのこサラダ のっぺい汁 もちアイス	21 牛乳 ごはん サバの塩焼き キャベツの梅しそ和え さつま汁
				
	【和食の日こんだて】			【セコガニ・中】
24 振替休日	25 牛乳 みそカレーラーメン 変わり大学いも こんにゃくサラダ	26 牛乳 ごはん 鶏のフレーク焼き れんこんサラダ きのこのみそ汁	27 牛乳 ごはん キスのごまフライ きんぴらごぼう 小松菜のみそ汁	28 牛乳 ごはん 手作り豆腐ハンバーグ ツナとじゃがいもの和え物 白菜のミルクスープ
				
	【カミカミメニュー】	【カミカミメニュー】		