

10月の予定献立



月	火	水	木	金
<p>今月のとおかまちメニュー</p> <p>「からむし」ってな～に？</p> <p>「からむし」は、道端や空き地に生える身近な植物で麻の仲間です。茎の繊維がとても丈夫で、織物の原料として古くから重宝されてきました。からむし粉やからむし麵を使った料理が登場します。</p> <p>※からむし麵は色合いが「そば」に似ていますがそば粉は使用していません。</p>	<p>1</p> <p>しょうゆフレンチ</p> <p>がんものふくめに</p> <p>ごはん</p> <p>かぼちゃとんじる</p>	<p>2</p> <p>れんこんのきんぴら</p> <p>ハンバーグケチャップソース</p> <p>ごはん</p> <p>かきたまじる</p>	<p>3</p> <p>遠足</p>	
<p>6</p> <p>みかんゼリー</p> <p>さつまいもとだいずのあげに</p> <p>ぶたにくのうまにどん</p>	<p>7</p> <p>なすとペンネのナポリタン</p> <p>ハニーマスタードチキン</p> <p>ごはん</p> <p>やさいスープ</p>	<p>8</p> <p>いとうりのごまネーズあえ</p> <p>あつやきたまご</p> <p>ごはん(おじり)</p> <p>じゃがいものそばろに</p>	<p>9</p> <p>いそかあえ</p> <p>さばのみそだれかけ</p> <p>ごはん</p> <p>とりごぼうじる</p>	<p>10</p> <p>むげんにんじん</p> <p>やさいコロッケ</p> <p>ごはん</p> <p>カロテンたっぷりみそしる</p>
<p>13</p> <p>スポーツの日</p>	<p>14</p> <p>はるさめサラダ</p> <p>ホイコーロー</p> <p>ごはん</p> <p>かきたまコーンスープ</p>	<p>15</p> <p>キャベツのあさづけ</p> <p>チキンチキンごぼう</p> <p>ごはん(おじり)</p> <p>とうふのみそしる</p>	<p>16</p> <p>ごまひたし</p> <p>あつあげのにくみそあんかけ</p> <p>ごはん</p> <p>さわにわん</p>	<p>17</p> <p>カラフルベジサラダ</p> <p>ターメリックライスクリームソースかけ</p>
<p>20</p> <p>文化祭の振替休日</p>	<p>21 ★へるっしょメニュー</p> <p>ブロッコリーのごまあえ</p> <p>たらきのこあんかけ</p> <p>ごはん</p> <p>ピリからとうにゅうみそしる</p>	<p>22 ★とおかまちメニュー</p> <p>からむしめんサラダ</p> <p>とりにくのからむしマヨやき</p> <p>ごはん(おじり)</p> <p>とろっとわふうじる</p>	<p>23</p> <p>ビビンバ</p> <p>ナムル</p> <p>にくいため</p> <p>ごはん</p> <p>わかめスープ</p>	<p>24</p> <p>かおりづけ</p> <p>あつあげのそばろいため</p> <p>ごはん</p> <p>じゃがいものみそしる</p>
<p>27</p> <p>キャロットむしパン</p> <p>ツナとわかめのごますあえ</p> <p>わふうじる</p> <p>こめこめん</p>	<p>28</p> <p>のりマヨネーズあえ</p> <p>さといもとぶたにくのいために</p> <p>ごはん</p> <p>ふのみそしる</p>	<p>29</p> <p>もやしのちゅうかあえ</p> <p>ギョーザ</p> <p>ごはん(おじり)</p> <p>マーボーじゃが</p>	<p>30</p> <p>ひじきのいために</p> <p>たちうおのフライ</p> <p>ごはん</p> <p>さつまいものみそしる</p>	<p>31</p> <p>ミニぶどうゼリー</p> <p>フレンチマカロニサラダ</p> <p>かぼちゃカレー</p>

◎食材等の都合により献立を変更させていただく場合があります。