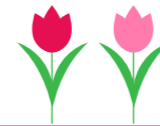
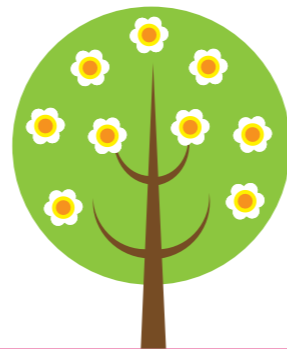


10月令和3年のこんだて



				<p>1 (金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●豚肉のにんにく醤油焼き ●カボチャ煮そぼろあんかけ ●スナップエンドウのポイル ●オレンジ 
<p>4 (月)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●ミートコロッケ ●ブロッコリーおかか添え ●ロースハム ●五目豆 ●オレンジ 	<p>5 (火)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●鶏肉のバーベキューソース ●ほうれん草のポイル ●人参甘煮 ●リンゴ 	<p>6 (水)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●シュウマイ ●ジャガイモバター ●チキンナゲット ●ブロッコリー炒め 	<p>7 (木)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ロールパン ●マカロニサラダ ●カットポイル野菜 ●クリームシチュー ●オレンジ 	<p>8 (金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●ハンバーグ ●スナップエンドウのポイル ●バターコーン ●ポテト ●みかん缶 
<p>11 (月)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●オムレツ ●かぼちゃ煮そぼろあんかけ ●青菜いため ●みかん缶 	<p>12 (火)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●肉じゃが ●ポイルグリーンピース ●一口卵焼き ●オレンジ 	<p>13 (水)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●和風ハンバーグ ●キノコ風味のスパゲティ ●れんこんソテー ●みかん缶 	<p>14 (木)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●カレーライス ●リンゴ 	<p>15 (金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●鶏肉とレンコンの煮物 ●カボチャ煮 ●インゲンのゴマ和え ●みかん缶 
<p>18 (月)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●鶏のロースト トマトソース ●カットポイル野菜 ●バタースパゲティ ●オレンジ 	<p>19 (火)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●そぼろごはん ●野菜入りコロッケ ●ポイルブロッコリー ●ロースハム ●オレンジ 	<p>20 (水)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●鶏のからあげ ●ポイルブロッコリー ●ナポリタン風スパゲティ ●オレンジ 	<p>21 (木)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ロールパン ●クラムチャウダー風 クリームシチュー ●ポテトサラダ ●カットポイル野菜 ●オレンジ 	<p>22 (金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●豚の生姜焼き ●もやし焼きそば ●ポイルブロッコリー ●フライドポテト ●みかん缶 
<p>25 (月)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●鶏のトマト煮風 ●バターパスタ ●カット野菜の蒸し焼き ●みかん缶 	<p>26 (火)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●豚肉のホイコーロー風炒め ●揚げ餃子 ●ポイルブロッコリー ●オレンジ 	<p>27 (水)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●ちくわの磯部あげ ●枝豆とコーンのポイル ●一口卵焼き ●こぶき芋 ●オレンジ 	<p>28 (木)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●カレーライス ●リンゴ 	<p>29 (金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ごはん ●鶏のからあげ ●ポイルブロッコリー ●ナポリタン風スパゲティ ●オレンジ 