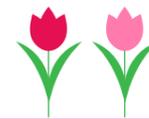
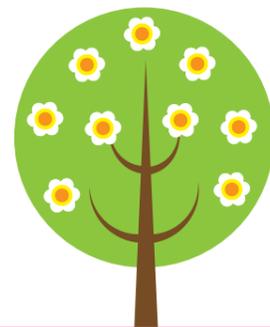


# 令和4年 10月のこんだて



<p>3 (月)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●ミニハンバーグ</li> <li>●ほうれん草ソテー</li> <li>●ふかし芋</li> <li>●コーン</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 	<p>4 (火)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●一口カツ</li> <li>●ソーセージ</li> <li>●枝豆</li> <li>●蒸しキャベツ</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 	<p>5 (水)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●豚肉と豆のバーベキューソース</li> <li>●ポイルブロッコリー</li> <li>●かぼちゃ</li> <li>●みかん缶</li> </ul> 	<p>6 (木)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●カレーライス</li> <li>●リンゴ</li> </ul> 	<p>7 (金)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●和風ハンバーグ</li> <li>●キノコ風味のスパゲティ</li> <li>●れんこんソテー</li> <li>●みかん缶</li> </ul> 
<p>10 (月)</p>	<p>11 (火)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●鶏肉ローストのトマトソース</li> <li>●ほうれん草とジャコサラダ</li> <li>●ふかし芋</li> <li>●みかん缶</li> </ul> 	<p>12 (水)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●野菜コロッケ</li> <li>●ブロッコリーおほかた添え</li> <li>●ミートボール</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 	<p>13 (木)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ロールパン</li> <li>●クリームシチュー</li> <li>●カットポイル野菜</li> <li>●ポテトサラダ</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 	<p>14 (金)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●鶏のからあげ</li> <li>●ポイルブロッコリー</li> <li>●ナポリタン風スパゲティ</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 
<p>17 (月)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●チキンカツ</li> <li>●ブロッコリーおほかた添え</li> <li>●ロースハム</li> <li>●五目豆</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 	<p>18 (火)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●ハンバーグ</li> <li>●スナップエンドウのポイル</li> <li>●バターコーン</li> <li>●ポテト</li> <li>●みかん缶</li> </ul> 	<p>19 (水)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●鶏の照り焼き</li> <li>●バターコーン</li> <li>●ポイルほうれん草</li> <li>●ポテトサラダ</li> <li>●みかん缶</li> </ul> 	<p>20 (木)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●カレーライス</li> <li>●リンゴ</li> </ul> 	<p>21 (金)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●豚肉とピーマンの にんにく醤油焼き</li> <li>●にんじんソテー</li> <li>●ソーセージ</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 
<p>24 (月)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●プレーンオムレツ</li> <li>●マカロニサラダ</li> <li>●ロースハム</li> <li>●スナップエンドウのポイル</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 	<p>25 (火)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●メンチカツ</li> <li>●ポテトサラダ</li> <li>●ポイルブロッコリー</li> <li>●リンゴ</li> </ul> 	<p>26 (水)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●鶏のマーマレード風味</li> <li>●ほうれん草のポイル</li> <li>●人参甘煮</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 	<p>27 (木)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●カレーライス</li> <li>●リンゴ</li> </ul> 	<p>28 (金)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●豚の生姜焼き</li> <li>●もやし焼きそば</li> <li>●フライドポテト</li> <li>●ポイルブロッコリー</li> <li>●みかん缶</li> </ul> 
<p>31 (月)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●鶏のからあげ</li> <li>●ポイルブロッコリー</li> <li>●やきそば</li> <li>●にんじん煮</li> <li>●オレンジ</li> </ul> 				