



10月もりつけ表

毎月19日は
食育の日

<p>1日 (火)</p> <p>目を大切に!</p> <p>かぼちゃ たんぽこ ぶらわいり うなぎご</p> <p>やきにくライス ヨーグルトあえ</p>	<p>2日 (水)</p> <p>さばの にしょごはん きのこ けんちんじる</p>	<p>3日 (木)</p> <p>かぼちゃひきにくフライ ブロッコリーのサラダ</p> <p>白ごはん ふりかけ はくさいのスープ</p>	<p>4日 (金)</p> <p>ぶたにくとれんこんの あまずからめ</p> <p>白ごはん かいせん ワンタンスープ</p>	
<p>7日 (火)</p> <p>2こ</p> <p>きびなごのかりかりあげ きりぼしだいこんのサラダ</p> <p>白ごはん たきあわせ</p>	<p>8日 (火)</p> <p>3こ</p> <p>ミートボール ポテトサラダ</p> <p>白ごはん たまごと やさいのスープ</p>	<p>9日 (水)</p> <p>おじやがの マヨネーズふうみ</p> <p>わかめごはん ペイザンヌ スープ</p>	<p>10日 (木)</p> <p>りんご</p> <p>ぶたにくとだいちのべっこうに</p> <p>白ごはん さつまじる</p>	<p>11日 (金)</p> <p>ピラフ トマトスープに</p>
<p>14日 (火)</p> <p>スポーツの日</p>	<p>15日 (火)</p> <p>さばのみそに キャベツのおひたし</p> <p>白ごはん のっぺいる</p>	<p>16日 (水)</p> <p>カレーライス ふくじんづけ ツナと やさいのサラダ</p>	<p>17日 (木)</p> <p>チーズ</p> <p>はべんのでんぶら とうふチャンプルー</p> <p>白ごはん みそじる</p>	<p>18日 (金)</p> <p>だいずと コーンのサラダ ももゼリー</p> <p>白ごはん くるまふの たまごとし</p>
<p>21日 (火)</p> <p>みかん</p> <p>あつあげの ちゅうかどん ごまずあえ</p>	<p>22日 (火)</p> <p>さけフライ ごまつなのソテー</p> <p>ミルクロール あきあじ シチュー</p>	<p>23日 (水)</p> <p>ごぼうの ピリから ブルーベリー タルト</p> <p>白ごはん チャンポンめん</p>	<p>24日 (木)</p> <p>1~3年 1こ・4~6年、先生 2こ</p> <p>あげぎょうざ のりとだいこんのあえもの</p> <p>白ごはん マーボーどうふ</p>	<p>25日 (金)</p> <p>バス遠足</p>
<p>28日 (火)</p> <p>かきあげ ごまあえ</p> <p>白ごはん いなりうどん</p>	<p>29日 (火)</p> <p>ユウリンチー ニラいため</p> <p>白ごはん ちゅうかふう たまごスープ</p>	<p>30日 (水)</p> <p>いわしのうめに きわかめのいためもの</p> <p>白ごはん とんじる</p>	<p>31日 (木)</p> <p>かぼちゃプリン</p> <p>カレー そぼろごはん コンソメスープ</p>	<p>ハロウィン</p>