

都立志村学園月間予定献立表

- 10月 -

月	火	水	木	金
3 牛乳 ベーコンとツナのケチャップライス 野菜スープ カレーピクルス パイナップルゼリー	4 牛乳 ごはん 味噌汁 玉子焼きすき焼きあんかけ ごまサラダ	5 牛乳 さつまいもと青菜のごはん すまし汁 魚のゆかり焼き のり和え 筑前煮	6 牛乳 あんかけ焼きそば しょうゆスープ 和風トマトサラダ 抹茶クリーム和え	7 牛乳 豚肉とごぼうのませごはん 味噌汁 青菜とツナの和風和え カルピスヨーグルト
10 スポーツの日	11 牛乳 ハヤシライス 野菜スープ フルーツサラダ	12 牛乳 チャーハン コーンスープ 棒棒鶏 杏仁豆腐	13 牛乳 ごはん 沢煮椀 いわしバーグ ひじきのごま和え フルーツゼリー	14 牛乳 ごはん 味噌汁 白身魚の華風あんかけ 梅昆布和え
17 牛乳 車麩玉子丼 根菜汁 鶏肉と小松菜の 和風ごまドレッシング 果物(りんご)	18 牛乳 豆カレー 野菜スープ ひじきのマリネ	19 牛乳 ごはん しょうが汁 鯛のパプリカパン粉焼き ゆかり和え 「まごわやさしい」みそ煮込み	20 牛乳 チキンジャンバラヤ 野菜スープ フレンチサラダ グレープゼリー	21 牛乳 ごはん 野菜汁 あじの松風焼き 梅のり和え ヨーグルト和え
24 牛乳 ごはん 春雨中華スープ 麻婆豆腐 トマトパプリカ中華サラダ	25 牛乳 ゆかりと大豆のませごはん 肉団子のスープ煮 千草和えごまドレッシング 牛乳ゼリーレモン蜜ソース	26 牛乳 パンプキンパン マカロニのクリーム煮 ツナとほうれん草のサラダ カルピスジュレ	27 牛乳 ごはん のっぺい汁 鯖の竜田揚げ 切干大根のおかか和え 果物(りんご) 	28 牛乳 ごはん 味噌汁 めかじきの甘酢煮 ごま和え
31 牛乳 鮭と枝豆のませごはん 芋の子汁 かぼちゃチーズサラダ おかか和え				