	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		- 4-	1	2	3
	10月7日(火)松山地方秋祭リリクエストメニュー	祭にちなんで - 不士☆彡	カレーライス	さつま学ごはん	ごはん
お		-C4 A >	A 7 17	5.47 C 24 1 C 1910	トロニノ まっかばめ
昼			和風サラダ	豚しゃぶ	鶏肉の松風焼き
ざは	10月21日(火)セレクト	メニュー	やさい 野 菜ジュース	かぼちゃサラダ	いんげんの胡麻和え
ん	今四は「パン2種類」と「 選んで頂きます!!	スープ2種類」から		# 16 9 ())) ## 15	3:t-t-< 1.x-
			ヨーグルト	味噌汁	豚肉のキムチ炒め
					りんごゼリー
减	10月29日(水) ご当地リレーメニュー「フ	-⇔ 	エネルギー 596 kcal	エネルギー 497 kcal	エネルギー 473 kcal
分		、 カ妹」と 4 🗡	たんぱく賞 19.0 g 脳質 14.9 g	たんぱく賞 22.4 g 服賞 11.6 g	たんぱく賞 22.3 g 脳質 12.1 g
		7 松山地方祭	食塩相当量 3.4 g	食塩相当量 3.2 g	食塩相当量 1.9 g 10お誕生日メニュー
	ψ13.)	# × × × ×	さんしょくどん 三色 丼	٠,,,,	テーブルロール
2.0	ごはん	焼きそば	二色升	ごはん	プチパン
お昼	チキン 南蛮	たこ焼き	しそとキャベツの	エビフライ	ハンバーグ
20	ままな 青菜のからし和え	1-1-14-7	おかか和え	10 2 = 2 bh 12 22 = 24	
はん	再米のかりし和え	トマトサラダ		れんこん炒めサラダ	マッシュポテト
	わかめスープ	チョコバナナ	だいこん にもの 大根の煮物	じゃが芋のポタージュ	アボカドサラダ
			すまし計	MORE産権干し	コンソメスープ
	エネルギー 528 kcal	エネルギー 566 kcal	ラまし汁 エネルギー 483 kcal	MUK比座 伊十し エネルギー 545 kcal	コンソメスープ エネルギー 499 kcal
成分	たんぱく質 26.8 g 脳質 15.1 g	たんぱく質 17.5 g 脳質 14.2 g	たんぱく質 22.2 g 服質 16.3 g	たんぱく質 18.0 g 服質 17.3 g	たんぱく質 23.5 g 脳質 18.2 g
2)	食塩相当量 3.7 g	食塩相当量 3.1 g	食塩相当量 2.8 g	食塩相当量 1.8 g	食塩相当量 3.0 g
	13	14	15	16	17お誕生日メニュー ごはん
	チャンポンメン	こはん	まやこどん 親子丼	こはん	チーズハンバーグ
お	to ぎょうざ 蒸し餃子	まーぼーはるさめ 麻婆春雨	ひじきの妙り煮	たい だい ため ため ため	t
昼ご	ж ов х 1		Z > 7 + t	からない	焼きアスパラ
11	オクラの梅和え	カニ芸	ほうれん草の胡麻和え	蒸し野菜	かいわれサラダ
1	みかんヨーグルト	もずくスープ	みそしる 味噌汁	ポテトグラタン	コンソメスープ
			7	.,,,,,,,	ホットケーキ
				ミルクココア	チョコソースかけ
減	エネルギー 505 kcal たんぱく賞 21.7 g	エネルギー 545 kcal たんぱく賞 19.9 g	エネルギー 537 kcal たんぱく質 26.7 g	エネルギー 551 kcal たんぱく賞 35.2 g	エネルギー 619 kcal たんぱく質 24.7 g
分	職賞 19.0 g 食塩相当量 2.4 g	監賞 16.6 g 食塩相当量 3.3 g	整賞 19.4 g 食塩相当量 2.8 g	施賞 14.8 g 食塩相当量 2.0 g	施賞 17.4 g 食塩相当量 3.4 g
	20	21セレクトメニュー	22	23	24
	あんかけごはん	ピザトースト or	こはん	ごはん	
お	570W 17 C10/U	照り焼きチキントースト	ぶたにく しょうが	鮭の紅葉焼き	
昼	肉じゃが	クリームパン	豚肉の生姜焼き	まんやさい 温野菜	
ざは	************************************	フレンチサラダ	たまご 炒り卵サラダ	した。 ほうれん草の白和え	お休み
12		コーンスープ or			
	かぼちゃの煮物	クリームスープ	トマトスープ	コーンバター	
	すまし汁	カルてん オセロ寒天		みそしる 味噌汁	
成	エネルギー 486 kcal	エネルギー 541 563kcal		エネルギー 535 kcal	
分	たんぱく質 19.8 g 服賞 10.0 g	たんぱく賞 20.2 23.8g 服賞 18.3 18.1g	たんぱく賞 23.4 g 服賞 15.7 g	たんぱく質 28.9 g 服賞 15.2 g]
	食塩相当量 2.8 g	食塩相当量 3.9 3.3 <i>g</i>	食塩相当量 2.1 g 29 ご当地リレーメニュー	食塩相当量 2.7 g	31ハロウィンメニュー
			ごはん		
.1.9	ごはん	こはん		きつねそば	かぼちゃごはん
お昼	レバニラ炒め	トンテキ	とり天 添え野菜	かつおのたたき	ウインナーとコロッケ
2	とうぶ 豆腐サラダ	************************************	ほしいたけ にもの 干し椎茸の煮物	とうぶ 豆腐のみそ焼き	ならさき 紫キャベツのナムル
はん		到 <i>米沙(i)</i>	1+ 7		※イヤ・ソツアムル
	はるさめ 春雨スープ	トマトのマリネ	けんちん弁	ず 酢の物	野菜スープ
		_{みそしる} 味噌汁	さつま学のじり焼き		ブルーベリーパイ
.30	エネルギー 507 kcal	エネルギー 543 kcal	エネルギー 627 kcal	エネルギー 452 kcal	エネルギー 668 kcal
成分	たんぱく質 22.6 g 服賞 16.0 g	たんぱく質 24.5 g 服賞 21.1 g	たんぱく質 35.1 g 服賞 15.0 g	たんぱく質 30.5 g 服賞 12.3 g	たんぱく質 17.4 g 服賞 25.4 g
	食塩相当量 3.0 g	食塩相当量 2.8 g	食塩相当量 1.7 g	食塩相当量 3.8 g	食塩相当量 2.7 g