

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
お昼ごはん	◎10月7日（水） 秋祭りで食べたい料理をリクエスト たくさんのリクエストがありました！！  ◎10月8日（木）・9日（金）・16日（金） お誕生日メニュー ◎10月30日（金） ご当地リレーメニュー「愛知県」 ◎10月31日（土） ハロウィンメニュー 目で見ても楽しんでもらえるメニューにしています🍁			1	2	3
				親子丼 ひじきの炒り煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	さつま芋ごはん 豚しゃぶ かぼちゃサラダ 味噌汁	お休み
				エネルギー 540 Kcal たんぱく質 16.8 g 脂質 19.5 g 食塩相当量 2.8 g	エネルギー 497 Kcal たんぱく質 22.4 g 脂質 11.2 g 食塩相当量 3.2 g	
成分						
お昼ごはん	5	6	7 MORE 秋祭り	8お誕生日メニュー	9お誕生日メニュー	10
	カレーライス 和風サラダ なめ茸奴 ゆかりサイダー	ごはん とんてき 野菜炒め トマトのマリネ コンソメスープ	ふりかけおにぎり 関西風お好み焼き 鶏の唐揚げ かぼちゃ煮 春雨サラダ わかめスープ	牛丼 胡麻サラダ 白菜の漬け物 カフェオレ エクレア	いなり寿司 とんかつ 添え野菜 冬瓜のそぼろあんかけ すまし汁 ショートケーキ	お休み
	エネルギー 611 Kcal たんぱく質 22.1 g 脂質 18.4 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 472 Kcal たんぱく質 22.8 g 脂質 14.2 g 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 533 Kcal たんぱく質 31.8 g 脂質 12.1 g 食塩相当量 4.3 g	エネルギー 613 Kcal たんぱく質 26.1 g 脂質 20.4 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 639 Kcal たんぱく質 22.4 g 脂質 22.0 g 食塩相当量 3.9 g	
成分						
お昼ごはん	12	13	14	15	16お誕生日メニュー	17
	チャンポンメン しゅうまい オクラの梅和え みかんヨーグルト	小倉トースト コーンマヨパン 大根サラダ コンソメポテト バナナジュース	そばめし いかの煮物 肉団子 出汁巻き卵 わかめスープ ミルミル	ごはん はんぺんエビカツ ポテトサラダ すまし汁 洋梨	ごはん チキン南蛮 茄子のおろしポン酢 トマトスープ 杏仁豆腐	お休み
	エネルギー 507 Kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 18.5 g 食塩相当量 2.5 g	エネルギー 578 Kcal たんぱく質 18.9 g 脂質 17.8 g 食塩相当量 2.3 g	エネルギー 519 Kcal たんぱく質 22.2 g 脂質 14.0 g 食塩相当量 4.1 g	エネルギー 613 Kcal たんぱく質 28.8 g 脂質 18.8 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 564 Kcal たんぱく質 30.1 g 脂質 16.0 g 食塩相当量 2.4 g	
成分						
お昼ごはん	19	20	21	22	23	24
	ごはん ポークチャップ 温野菜 きのこのサラダ コーンスープ	ごはん 鯖の幽庵焼き ひじき煮 小松菜のお浸し 豚汁	ごはん とり天 しいたけの煮物 和風サラダ けんちん汁	あんかけごはん 肉じゃが 大根なます すまし汁 桃のフルーチェ	お休み	お休み
	エネルギー 632 Kcal たんぱく質 28.6 g 脂質 21.0 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 527 Kcal たんぱく質 30.3 g 脂質 15.2 g 食塩相当量 4.4 g	エネルギー 499 Kcal たんぱく質 32.2 g 脂質 11.2 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 484 Kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 10.8 g 食塩相当量 2.2 g		
成分						
お昼ごはん	26	27	28	29	30ご当地リレーメニュー	31ハロウィンメニュー
	ごはん 豚肉のくわ焼き 切干大根 さつま芋のハニーバター すまし汁	ごはん 鶏肉の松風焼き 豚肉のキムチ炒め きのこのすまし汁 りんごゼリー	ごはん チキンステーキ 焼き野菜 鶏がらスープ ヤクルト	ごはん 鮭の紅葉焼き ほうれん草の白和え コーンバター 茄子の味噌汁	あんかけスパ ふろふき大根 キャベツのスープ 鬼まんじゅう	タコさんオムライス オニオンサラダ 秋のクリームスープ みかんチョコ 
	エネルギー 573 Kcal たんぱく質 25.5 g 脂質 18.1 g 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 461 Kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 12.1 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 469 Kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 15.0 g 食塩相当量 1.4 g	エネルギー 546 Kcal たんぱく質 29.1 g 脂質 15.2 g 食塩相当量 2.7 g	エネルギー 584 Kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 17.8 g 食塩相当量 4.0 g	エネルギー 577 Kcal たんぱく質 20.9 g 脂質 24.3 g 食塩相当量 2.4 g
成分						