

# 10月 きゅうしょくカレンダー

おちあいだいろくしょうがっこう

月	火	水	木	金
		1 <b>とみんのひ</b> 	2 ぎゅうにゅう たかなめし タイピーエン がねあげ	3 ぎゅうにゅう ごはん えびたま もやしとわかめの ごまびたし こんさいのみそしる
6 <b>じゅうごや</b> ぎゅうにゅう じゅうごやたきこみ ごはん とんじる おつきみみたらし だんご 	7 ぎゅうにゅう スパゲッティ クリームソース カルツォーネ りんご	8 ぎゅうにゅう ぶたキムチどん パリパリサラダ ごもくスープ	9 ぎゅうにゅう ごはん かみかみこんぶふりかけ ごもくうまに だいこんのみそしる	10 ぎゅうにゅう コッペパン タンドリーフィッシュ じゃがいもとやさいの サラダ たまごととうもろこし のスープ
13 <b>スポーツのひ</b> 	14 ぎゅうにゅう ちゅうかどん サクサクいそだいず あきのかじつ2しゅもり (りんご、なし)	15 ぎゅうにゅう ごはん とりのからあげ ごまあえ はくさいとこまつなの みそしる	16 ぎゅうにゅう しゃんはいやきそば わかめスープ フルーツヨーグル	17 ぎゅうにゅう ジャンバラヤ パンプキンサラダ クラムチャウダー 
20 ぎゅうにゅう セサミトースト チキンシチュー コーンサラダ	21 ぎゅうにゅう ごはん ぶりのてりやき ほうれんそうのおひたし すいとん	22 ぎゅうにゅう みそラーメン やさいチップス レモンスカッシュ ゼリー 	23 ぎゅうにゅう えびとうにゅう クリームライス キャロットソースサラダ きよほう	24 ぎゅうにゅう ごはん まーぼーなす きりぼしだいこんの ナムル チーズのふわふわ スープ
27 ぎゅうにゅう あきやさいの カレーライス かいそうサラダ みかん 	28 ぎゅうにゅう ごはん やきさば やさいのあますびたし ゆばいりすましじる	29 ぎゅうにゅう ココアパン かぼちゃグラタン ABC マカロニスープ	30 ぎゅうにゅう にくうどん わふうおろしサラダ キャロットむしパン	31 <b>せんこうえんそく</b> 