



牛乳／むぎごはん
まめいりハヤシライス
こんにゃくサラダ／チーズ

1	2	3	4	5
牛乳／わかめごはん さばのピリカラづけ けんちんじる	牛乳／むぎごはん しせんどうふ はるさめサラダ 北区まちだのうえんのなし	牛乳／フォカッチャ エビカツ／タルタルソース コールスローサラダ ミネストローネ	牛乳／むぎごはん じゃがいもの カレーミートソース かいそうサラダ	牛乳 じこなうどん ごもくうどんのしる きびなごフライ わかめのすのもの
8	9	10	11	12
牛乳／むぎごはん なっとう あじフライ みそしる りんご	牛乳 こどもパン ホキのサルサソース ABCスープ	牛乳／むぎごはん ソイどんのぐ ごまだれサラダ ぶどうゼリー	牛乳 ナポリタンスパゲッティー あおのりポテト ひじきのマリネ	牛乳／かやくごはん さわらのさいきょうやき よしのじる
15	16	17	18	19
敬老の日				
	牛乳／むぎごはん ヤンニョムチキン えのきとわかめのナムル トックスープ	牛乳／おしむぎごはん シーフードカレー てづくりふくくじんづけ 北区まちだのうえんのなし	牛乳 コッパパンスライス チリコンカン マカロニサラダ	牛乳／ホットちゅうかめん スタミナみそラーメンのしる こまつなとわかめのサラダ ずんだもち
22	23	24	25	26
	秋分の日			
牛乳／むぎごはん とうふのそぼろに しおこんがあえ		牛乳 あきのかおりごはん モウカザメたつたあげ はっとじる	牛乳 ツナとコーンのピラフ こいわしいそべフライ ポテトチャウダー	牛乳 きなこあげパン とうふのスープに わかめサラダ
29	30			
牛乳／おしむぎごはん ぶたキムチどんのぐ まめいりキャラメルポテト	牛乳／むぎごはん おやこに なめたけあえ りんご			