

10月の「元気がでるメニュー」



日にち	曜日	メニュー
1	水	厚揚げと玉ねぎのカレー炒め
2	木	イワシのフライ 梅おろしソース
3	金	おでん風ロールキャベツ
6	月	 茹で豚もやしのジギスカンソース
7	火	 じゃが芋と玉ねぎの豚肉あんかけ
8	水	鶏肉と大根のそぼろ煮
9	木	揚げ鯖のおろし煮
10	金	 鶏肉の野菜ちゃんちゃん焼き
13	月	お休み
14	火	 イカと小松菜の中華炒め中華炒め
15	水	 豚肉と野菜の塩ちゃんこ煮
16	木	イワシ天 生姜あん
17	金	葛飾の学校給食メニュー 鯖のきのこあんかけと秋の香りご飯
20	月	豚肩ロースの味噌生姜焼き
21	火	白身魚のマヨコーン焼き
22	水	 鶏肉豆腐
23	木	豆腐ハンバーグ 和風そぼろあん
24	金	 鶏ときこのこのバター醤油焼き
27	月	 豚しゃぶ きのこソース
28	火	白身魚フライ ヴィネグレットソース
29	水	豆腐となすの揚げ出し
30	木	 白身魚の衣揚げ 小松菜あん
31	金	鶏ささみ天 きのこソース

メニューの紹介



写真メニューは
「豚肉と野菜の
塩ちゃんこ煮」



写真メニューは
「白身魚の衣揚げ
小松菜あん」

1食分で野菜(きのこ・
海藻を含む)を200g
以上使用している
メニューです



*メニューは都合により変更することがあります。

*売切れ次第終了になります。