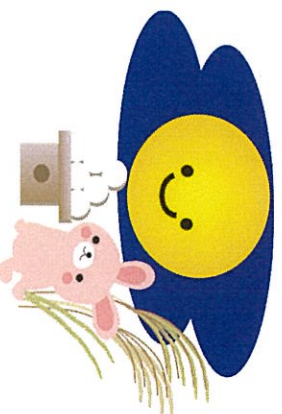


2023年10月 なかよしなかま おこんだてひょう

10月2日(月)	10月3日(火)	10月4日(水)	10月5日(木)	10月6日(金)	10月7日(土)
どんかつ 小松菜のソテー かに風味しゃうまい ミニゼリー 菜めし	豆腐ステーキ えび入り団子 卵の花 洋ナシタヌ ごはん	牛肉コロッケ ミニハンバーグ ポテトサラダ みかん	ハムステーキ 桜しゃうまい スパゲッティサラダ マングォータヌ わかめごはん	チーズメンチカツ マカロニサラダ ピーンストフト パイソ ごはん	鶏からあげ オムツツ ういす豆 リンゴタヌ ごはん
おつしほう 362キロカロリー 10月9日(月)	おつしほう 332キロカロリー 10月10日(火)	おつしほう 278キロカロリー 10月11日(水)	おつしほう 278キロカロリー 10月12日(木)	おつしほう 434キロカロリー 10月13日(金)	おつしほう 409キロカロリー 10月14日(土)
スポーツの日	親子カツ煮 花型さつま かぼちゃサラダ 洋ナシタヌ ごはん	ケラタンコロッケ ウインナー ポテトサラダ みかん	ほうれん草平焼き ミニトホール 三色豆 マングォータヌ わかめごはん	きのこハンバーグ 青菜のソテー さつま芋のサラダ パイソ ごはん	豚肉と木耳の卵炒め 小松菜のソテー 揚げしゅうまい リンゴタヌ ナポリタンスパゲティ
おつしほう 368キロカロリー 10月16日(月)	おつしほう 368キロカロリー 10月17日(火)	おつしほう 269キロカロリー 10月18日(水)	おつしほう 393キロカロリー 10月19日(木)	おつしほう 375キロカロリー 10月20日(金)	おつしほう 362キロカロリー 10月21日(土)
メンチカツ コーンシュウマイ ミニハンバーグ ミニゼリー やきそば	ミートオムツツ たこさんウインナー マカロニサラダ 洋ナシタヌ ごはん	チキンカツ ミニトホール ポテトサラダ みかん	カレーコロッケ 彩りビーフン 大豆の煮物 マングォータヌ わかめごはん	チーズハンバーグ チンゲン菜のソテー スパゲッティサラダ パイソ ごはん	ハムステーキ 肉しゅうまい かぼちゃサラダ リンゴタヌ ごはん
おつしほう 390キロカロリー 10月23日(月)	おつしほう 359キロカロリー 10月24日(火)	おつしほう 260キロカロリー 10月25日(水)	おつしほう 363キロカロリー 10月26日(木)	おつしほう 373キロカロリー 10月27日(金)	おつしほう 407キロカロリー 10月28日(土)
鶏からあげ チャップキエ フランス ミニゼリー 菜めし	ハンバーグ オムツツ ペンネサラダ 洋ナシタヌ ごはん	カレーコロッケ ミニトホール ポテトサラダ みかん	ほうれん草平焼き 小松菜のソテー 海鮮海老餃子 マングォータヌ わかめごはん	えびかつ 焼きビーフン ピーンストフト パイソ ごはん	カレーコロッケ ウインナー にくだんご リンゴタヌ やきそば
おつしほう 405キロカロリー 10月30日(月)	おつしほう 371キロカロリー 10月31日(火)	おつしほう 277キロカロリー	おつしほう 287キロカロリー	おつしほう 350キロカロリー	おつしほう 379キロカロリー
かにだま 揚げ餃子 ひじき煮 ミニゼリー 菜めし	ウインナーフライ ミニハンバーグ コーンシュウマイ 洋ナシタヌ ごはん				



株式会社マルコシ ご家庭の味と真心をお届けいたします。
北の大地亭