

ごまあえ  
カツオのたつた揚げ  
けんちん汁 3日

こんにゃくのきんぴら  
高野豆腐の卵とじ  
みかん  
さつまいもの味噌汁 4日

切り干し大根の中華炒め  
エビのチリソース煮  
ゼリー  
ワンタンスープ 5日 (麦入り)

大根とツナの煮物  
大豆入りかき揚げ  
お芋の大福  
一食うどん かやくうどん 6日

フルーツの盛り合わせ  
ビビンバ丼  
わかめスープ 7日

**スポーツの日**  
10日

**秋季休業日**

粉ふきいも  
キャベツのサラダ  
ソフト麺 シーフードソース 13日

鶏肉と角麩のうま煮  
アユのごま味噌だれ  
こぶ汁 14日

小松菜とゆばの煮びたし  
豚ニラ炒め  
かんぴょうの卵とじ 17日

豆乳杏仁豆腐  
厚揚げともやしの炒め物  
小型パン 焼きそば 18日

磯錦  
郡上味噌けいちゃん  
ゼリー  
すまし汁 19日 (麦入り)

コーンキャベツ  
チリコンカン  
ヨーグルト  
ポテトスープ 20日

小松菜のごま味噌あえ  
タラのから揚げ きのごあんかけ  
岐阜根菜汁 21日

肉じゃが  
キビナゴのから揚げ  
かみかみ大豆  
岐福(ぎふ)味噌汁 24日

ひじきサラダ  
鶏肉の赤ワイン煮  
黒パン さつまいものクリームスープ 25日

フライドポテト  
ジャンバラヤ  
チーズ  
豆のスープ 26日 (麦入り)

大根サラダ  
大豆と小魚  
きのこカレー 27日 (麦入り)

キャベツのごま酢あえ  
サバの煮つけ  
みかん  
山の幸の味噌汁 28日

チンゲンサイの中華炒め  
肉団子の甘酢あん  
ゼリー  
豆腐と卵のスープ 31日

**10月中**  
あじのたび  
今月は『栃木県』です。

鉄分が多い献立の日  
食物せんいが  
多い献立の日  
「日本型食事」の日

このマークは  
「ふるさと食材の日」  
全ての献立に 岐阜県産の  
食材が使われています。