



# のこんだて



月	火	水	木	金	土
3 	4 	5 	6 	7 	8 
シーフードカレー キャベツのスープ 大豆サラダ	ごはん、にら玉スープ ポークチャップ フレンチサラダ	ごはん、ワカメスープ 魚のカレー焼き 金平ゴボウ	肉うどん、おにぎり コリアンサラダ ゼリー	焼き鳥丼、味噌汁 コールスローサラダ おさつスティック	パン、野菜スープ ナゲット デザート、ジュース
 スポーツの日	1 1 	1 2 	1 3 	1 4 	1 5 
	ごはん、ストラッチャッテラ 魚の味噌チーズ焼き マカロニサラダ	ごはん、味噌汁 ちくわの磯辺揚げ コブサラダ	ごはん、じゃが芋スープ 鶏の中華風照り焼き ハムサラダ	ごはん、中華スープ ハンバーグ 8品目サラダ	ごはん、赤だし 蓮根と挽肉の照り焼き 豆乳プリン
1 7 	1 8 	1 9 	2 0 	2 1 	
ごはん、たまご 魚の塩焼き 南瓜のそぼろ煮	チャンポン おにぎり、サラダ ショーロンポー	ごはん、味噌汁 焼き栗コロッケ まごわやさしいサラダ	ごはん、武者汁 鶏の醤油香り揚げ 酢の物	オムライス コンスープ 和え物	
2 4 	2 5 	2 6 	2 7 	2 8 	2 9 
韓国風シーチキン丼 すまし汁、サラダ 葛饅頭	ごはん、だご汁 豆腐のふわふわ寄せ オーロラソース和え	チキンバーガー or コロッケバーガー カレー、サラダ ゼリー、牛乳	魚のパエリア ミルクスープ 大豆サラダ	麦御飯 豆腐と生姜のスープ 鶏肉と青菜の甘酢煮 オニオンサラダ	
3 1 	<div><div>***ちくわのひみつ*** 【ちくわの定義】 ちくわ（竹輪）とは、魚肉のすり身などを用いた練り物の一種。名前の由来は竹の輪。 【ちくわはかまぼこ？】 今から 900 年ほど前に、この世に初めて姿をあらわしたかまぼこ。その姿は「魚のすり身を竹に巻き付けて焼いたもの」・・・つまり「現在のちくわ」です。板付きのかまぼこは、室町時代中期に誕生しこれを「蒲鉾（かまぼこ）」と呼ぶようになり、それと区別させるためにもともとあったものを「竹輪蒲鉾（ちくわかまぼこ）」と呼ぶようになったのが有力とされています。</div></div>				
ハロウィンロコモコ すまし汁 サラダ					