

9月28日（月）

さばのみそマヨネーズ焼き
ひじき炒め
みそ汁
果物



9月29日（火）

スパニッシュオムレツ
ツナサラダ
みそ汁
果物



9月30日（水）

鶏の酢じょうゆ煮
かぼちゃサラダ
みそ汁



10月1日（木）

豚肉の香味焼き
じゃが芋の金平
みそ汁

10月2日（金）

クリームシチュー
かみかみサラダ
ヨーグルト
果物

10月3日（土）

和風スパゲッティ
牛乳
チーズ
果物