

2025ねん10がつ

きゅうしょくこんだてひょう

にち	ようび	こんだてめい	3じのおやつ	にち	ようび	こんだてめい	3じのおやつ
1	すい	コーンクリームシチュー ふりかけ スクランブルエッグ いりこ こざかなさらだ	ぎゅうにゅう きつねおにぎり	17	きん	はやしらいす おれんじ こまつなごまさらだ いりこ たまごすーぷ	ぎゅうにゅう まかろにあべかわ
2	もく	さけのみそちーずやき おれんじ じゃがいもとこんぶのいために いりこ にらたまじる	ぎゅうにゅう かぼすけーき	18	ど	けんちんうどん いりこ さつまいものあまに みかんかん	ぎゅうにゅう くらっかー
3	きん	おやこどん ばなな きりぼしだいこんとひじきのこまねーずあえ いりこ なめこのみそしる	ぎゅうにゅう もちもちちーずぱん	20	げつ	ぶたにくとなつとうのうまに おれんじ はくさいのこんぶあえ いりこ きのこのみそしる	ぎゅうにゅう たまごさんど
4	ど	ごもくうどん いりこ かぼちゃのあまに みかんかん	ぎゅうにゅう くらっかー	21	か	あじのみそまよやき みかんかん ごもくだいず いりこ もずくじる	ぎゅうにゅう こくとうむしばん
6	げつ	おつきみつつくね ばなな こまつなのなめだけあえ いりこ さといものみそしる	ぎゅうにゅう おつきみまんじゅう	22	すい	ちゅうかうふうじゃがいものおむれつ ばなな ほうれんそうとつなのあえもの いりこ わかめすーぷ	ぎゅうにゅう びびんばふうおにぎり
7	か	あじのしょうがやき ちーず はるさめさらだ いりこ なすのみそしる	ぎゅうにゅう おこのみやき	23	もく	さばのかれーあげ おれんじ こまつなのいそあえ いりこ さつまじる	ふるーつよーぐると
8	すい	とりにくのまーまれーどやき ばなな ころころぼとさらだ いりこ おしむぎのすーぷ	ぎゅうにゅう きのこのたきこみごはん	24	きん	とうふのにくあんかけどん ばなな きりぼしだいこんのくろごまさらだ いりこ ふのすましじる	ぎゅうにゅう くろがねもち
9	もく	しろみざかなのたるたるやき みかんかん ひじきのごもくに いりこ きりぼしだいこんのみそしる	ぎゅうにゅう ふのここあらすく	25	ど	わふうすばげてい いりこ とうふすーぷ ばいんかん	ぎゅうにゅう せんべい
10	きん	れんこんいりなつとうにくみそどん おれんじ もやしとわかめのなむる いりこ かきたまじる	よーぐるとぜりー くらっかー	27	げつ	じゃがいもとこんさいのそぼろに ばなな ほうれんそうのごまあえ いりこ だいこんのすましじる	ぎゅうにゅう きなこくりーむさんど
11	ど	なぼりたん いりこ きのこすーぷ ばいんかん	ぎゅうにゅう びすけっと	28	か	しろみざかなのにつけ ばいんかん かぼちゃのさらだ いりこ はくさいのみそしる	ぎゅうにゅう すいーとぼと
14	か	さばのおろしに おれんじ さつまいもさらだ いりこ ごぼうのみそしる	ぎゅうにゅう じゃむさんど	29	すい	れんこんいりまつかぜやき おれんじ さつまいものきんぴら いりこ とうふのすましじる	あっぶるばんち
15	すい	はんぱーがー とまとたまごのすーぷ ふらいどぼと じゅーず まかろにさらだ いりこ	りんごけーき 	30	もく	さけのさいきょうやきふう ばなな こまつなのなつとうあえ いりこ はるさめすーぷ	ぎゅうにゅう つなひじきおにぎり
16	もく	さけのばんこやき ばなな いりどうふ いりこ じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう さつまいものれもん	31	きん	あきやさいかれー おれんじ ぐりーんさらだ いりこ れたすのすーぷ	ぎゅうにゅう はろういんくつきー