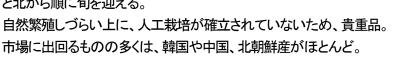
2025年10月 メニュー



季節の野菜達 松茸

まつたけの旬は 9~10 月。秋の味覚の王様。 北陸・長野、10 月初旬に京都、中旬に山陰、下旬に四国・九

9月に東北・北陸・長野、10月初旬に京都、中旬に山陰、下旬に四国・九州 と北から順に旬を迎える。





月曜日の配食(夕食)	金曜日の配食(夕食)
10月6日	10月3日 * 鶏のつくね煮 * 野菜の煮物 * マカロニサラダ * ピーマンと明太子 * 青菜えのき和え * ご飯 10月10日
* シュウマイ* 八宝菜* きのこマリネ* 刺身こんにゃく* 果物* ご飯	* 鯖の味噌煮* 野菜煮もの* ひじき煮もの* 酢の物* 青菜 * ご飯
10月13日 *休日(スポーツの日)なのでお弁当はお休みいたします	10月17日 * 厚揚げ肉巻き * 玉子焼き * 野菜煮もの * わかめ酢の物 * 青菜 * ご飯
10月20日 * 松茸ご飯 * 赤魚の粕漬け * 野菜の煮物 * 人参サラダ * たまごのキッシュ * 青菜	10月24日 *コミセン調理室が使用不可のため、 お弁当はお休みいたします。
10月29日 *コミセン調理室が使用不可のため お弁当はお休みいたします。	10月31日 * 牛こまと野菜の炒めもPの * ポテトサラダ * 切り干し大根の煮物 * 竹輪とチーズの大葉巻き * 果物 * ご飯

- *ふれあい給食 赤とんぼ* で検索して下さい。「ボランティア活動の風景・今週のお弁当・・・」がご覧頂けます!
- 〇 献立は多少の変更があります。
- 連絡先:「赤とんぼ」代表 沖谷啓子 <u>TEL:FAX:45-7024 又は 携帯電話 090-2204-7869</u>