

10月 無添加ランチ



| | | | _ | |
|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 月 | 火 | 7 <u>K</u> | 木 | <u>金</u> |
| | 18 | 2日 | 3日 | 4日 |
| | でましま。 たって たって たって たって たって たって たって たって | フーボー チス のリ かりかけ フリップをようさ ご は ム ほかがた とうあ | Some action to the control of the co | フロル タルタル ボフト |
| | とりにくのからあげ | マーボーなす | ぶたにくみりんやき | チキンカツタルタル |
| | ごましおごはん | のりふりかけごはん | こんぶつくだにごはん | ひじきつくだにごはん |
| 7 B | 8日 | 9日 | 10日 | 118 |
| (ホイコーロー こおなご とうる フグット ごはん (SUK) でまあえ | アシ や | ボテトサラダ ごましお こ"はん やさいソテー | Tith | ではん プルコギー あおなさっこく パロップリー・マンボール はかりない てん |
| ホイコウロウ | あじのやさいあんかけ | ハンバーグ | とんかつカレー | プルコギ |
| こおなごごはん | やきそば | ごましおごはん | ごはん | あおなざっこくごはん |
| 14日 | 15日 | 16日 | 17日 | 18日 |
| 体育の日 | カレー (こくじゃか)* たいすそほろ ごはん めきがく てんから | AT THE USE TO SEE | ではた マック ままな でいけん | はっぽうさい こんが このは とでは な とできる しゅうまい |
| INT. E | やきサバ | はるまき | とりのてりやき | はっぽうさい |
| | だいずそぼろごはん | のりごはん | ひじきごはん | こんぶごはん |
| 21日 | 22日 | 23日 | 24日 | 25日 |
| 5+ % L 3->30-4 BSCURU | 祝日 | ナポッタン . フランスパケライ ほしつロッケ | これない。 | だいずそほろ そくまろく これん これん これん これん これん これん これん |
| コーンコロッケ | | おさかなハンバーグ | にくじゃが | だいこんそぼろに |
| ちゃめし | | ナポリタン | こおなごごはん | だいずそぼろごはん |
| 28日 | 29日 | 30日 | 31日 | |
| あえもの おかか プロンファー プロスト プロスト プロスト プロスト プロスト プロスト | プはん アスパラ | けんちんに | こましま からあげ こさはん ヤミック・ソティー | |
| ハンバーグ | ハムカツカレー | けんちんに | とりにくのからあげ | 1 |
| おかかごはん | アスパラとごはん | のりごはん | ごましおごはん | |