

令和7年度

10月

ちょう しょく たい せつ  
朝食の大切さを  
知ろう



|                            |  |                                |  |
|----------------------------|--|--------------------------------|--|
| 1<br>(水)<br>ごはん<br>お月見汁    |  | 2<br>(木)<br>ごはん<br>は豚汁         |  |
| 3<br>(金)<br>ごはん<br>はそん汁    |  | 6<br>(月)<br>ごはん<br>ライスソメスーパンプ  |  |
| 7<br>(火)<br>ごはん<br>ハヤシライス  |  | 8<br>(水)<br>ごはん<br>中華コンスープ     |  |
| 9<br>(木)<br>ごはん<br>あさりのみそ汁 |  | 10<br>(金)<br>ごはん<br>はそん汁       |  |
| 11<br>(土)<br>ごはん<br>はそん汁   |  | 14<br>(火)<br>ごはん<br>カレースープ     |  |
| 15<br>(水)<br>ごはん<br>はそん汁   |  | 16<br>(木)<br>ごはん<br>ポークスーパンプ   |  |
| 17<br>(金)<br>ごはん<br>はそん汁   |  | 20<br>(月)<br>ごはん<br>シチューパニ     |  |
| 21<br>(火)<br>ごはん<br>中華丼    |  | 22<br>(水)<br>ごはん<br>はざんく       |  |
| 23<br>(木)<br>ごはん<br>はそん汁   |  | 24<br>(金)<br>ごはん<br>コンソメスープ    |  |
| 27<br>(月)<br>ごはん<br>みそラーメン |  | 28<br>(火)<br>ごはん<br>は煮にん       |  |
| 29<br>(水)<br>ごはん<br>カレーライス |  | 30<br>(木)<br>ごはん<br>パンブキンポタージュ |  |
| 31<br>(金)<br>ごはん<br>中華スープ  |  |                                |  |