



PLAYPOURRI INTERNATIONAL 10月献立表



ひにち	こんだて	ざいりょう
1 月	さばのにつけ	鯖
	こうやどうふのそぼろあん	鶏肉 高野豆腐 人参 インゲン しめじ
	みそしる	季節の野菜
2 火	とりのおーろらそーす	鶏肉 マヨドレ トマトケチャップ
	ぼてとさらだ	じゃが芋 人参 キャベツ 枝豆 コーン マヨドレ
	すいもの	季節の野菜
4 木	とうふはんぱーぐ	豚肉 鶏肉 豆腐 玉葱 人参
	こんさいに	竹輪 大根 人参 牛蒡 インゲン コンニャク
	みそしる	季節の野菜
5 金	やさいたっぷりぶたどん	豚肉 キャベツ 玉葱 人参 しめじ ごま油
	たづくり	鰯
	みそしる	季節の野菜
8 月	体育の日	
15 月	とりのからあげ	鶏肉
	ぶろっこりーのごまあえ	切干大根 ブロッコリー 人参 胡麻
	みそしる	季節の野菜
16 火	ぼーくびーんず	豚肉 大豆 玉葱 じゃが芋 人参 トマト缶 トマトケチャップ コンソメ
	つなとだいこんのさらだ	ツナ 人参 大根 ブロッコリー マヨドレ
	くだもの	季節のくだもの
18 木	かれーらいす	豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 カレールー コンソメ
	こーるすろーさらだ	キャベツ 人参 ブロッコリー コーン マヨドレ
	りんごかんてん	りんごジュース イナアガー
19 金	まーぼーどうふどん	豚肉 豆腐 大豆ミート たらねぎ ごま油 赤味噌
	あおなのしらすあえ	しらす 青菜 人参 もやし
	きのこすーぷ	えのき しめじ ねぎ

ひにち	こんだて	ざいりょう
22 月	さけのこーんまよやき	鮭 コーン マヨドレ 味噌
	きりぼしだいこんのにつけ	油揚げ 切干大根 人参 インゲン
	みそしる	季節の野菜
23 火	とりとあつあげのみそに	鶏肉 厚揚げ 牛蒡 大根 人参 コンニャク 味噌
	きゃべつのゆかりあえ	ゆかり 切干大根 キャベツ 人参
	すいもの	季節の野菜
25 木	あかうおのみそこうじやき	赤魚 味噌麴
	たっぶりやさいはるさめいため	豚肉 春雨 きくらげ キャベツ 玉葱 人参 ごま油
	すいもの	季節の野菜
26 金	さかなのやさいあんかけ	魚 きくらげ 玉葱 人参 えのき
	かぼちゃのにつけ	南瓜
	みそしる	季節の野菜
29 月	てりやきちきん	鶏肉
	はるさめさらだ	ツナ 春雨 きくらげ 青菜 人参 ごま油 米酢
	みそしる	季節の野菜
30 火	さわらのさいきょうやき	鯖 味噌
	やさいたっぷりごまあえ	人参 青菜 もやし えのき 胡麻
	すいもの	季節の野菜

このマークの日はスプーンを持参してください。

※マヨドレ=卵を使用していないアレルギー対応のマヨネーズです。

※旬の食材を使用しておりますので、メニューが変更する場合がございます。ご了承いただくと幸いです



☆青菜は、キャベツ、白菜、小松菜、ほうれん草、水菜を含みます。