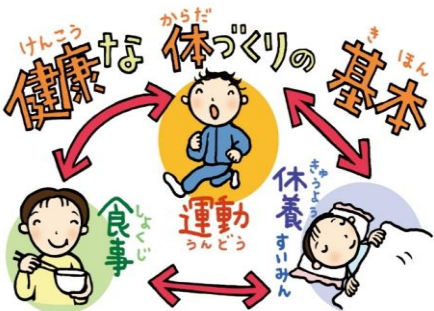


月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
今月は愛媛FCスタッフおすすめの試合後メニュー「あぶたま丼」です。試合後に筋肉を修復するために、良質なたんぱく質と炭水化物をとることで、筋肉の減少や疲労感を防いでくれます！  やなぎさわ けい 柳澤 圭さん 	しょうゆドレッシング サラダ とうおんしさん ももジャム コッペパン チキンチキンごぼう きのこスープ	キャベツのあえもの さかなのもみじあげ しろごはん こんさいじる	(中)おつきみゼリー ビーンズサラダ もちむぎパン ミニストローネ スィートポテト	
(幼・小)おつきみゼリー ゆずふうみづけ さかなのこうみあげ しろごはん いもたき お月見の行事食	うめドレッシングあえ だいずかりんとう しろごはん こうやどうふの そぼろに	さんしょくあえ てまきのり しろごはん にくみそ えびてん よしのじる 秋祭りランチ(天むす手巻き)	そくせきづけ さばのみそに しろごはん かきたまじる	りんご めにA(エー) あおじそドレッシング サラダ くろまいごはん あきやさいカレー 目の愛護デーの行事食
スポーツの日 	きりぼしだいこんのナ ムル いかのいそべあげ しろごはん はっぼうさい	ひじきサラダ アーモンドいり かみかみチップス コッペパン ソーススパゲティ	カラフルあえ とりにくのからあげ さつまいもごはん なすいりみそしる	マカロニサラダ いそかまめ キャロットパン ポトフ
ちりめんあえ さつまいもとだいずの あげに しろごはん あぶたまどんぶり 愛媛FCとのコラボメニュー	こまつなのおひたし いのとんあげ ひじきごはん さつまじる	コーンサラダ カシューナッツいりこ コッペパン ビーンズの トマトソースに	あまずづけ こうやどうふナゲット しろごはん ぶたにくの ちゅうかいため	レモンドレッシングサラダ おろしハンバーグ コッペパン やさいスープ
おかかあえ さといもコロッケ しろごはん だいこんとひきにくの あんかけ	ごまあえ (袋)おこのみソース おこのみやき しろごはん ぶたじる 大阪府の味めぐり	ポテトサラダ さかなのカレーソース はだかむぎコパン もちむぎいりプチプチ にくだんごのスープ	キャベツとあぶらあげのあえもの ぶたにくのかりんあげ しそひじき しろごはん とうおんじる	はだかむぎとツナの いろどりサラダ てりやきチキン コッペパン パンプキンポタージュ ハロウィンの行事食 スクールランチ教室メニュー