

# 献立表



	10/16(月)	10/17(火)	10/18(水)	10/19(木)	10/20(金)	10/21(土)	10/22(日)
朝	米飯 味噌汁(厚揚げ・なめこ) ひじき煮 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(白菜・油揚げ) 鶏肉のすき煮 牛乳 めんたい風味ソース	米飯 味噌汁(さつまいも・葉大根) 卵の花の炒り煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(里芋・油揚げ) 金平牛蒡 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(厚揚げ・葱) 里芋の含め煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(南瓜・ほうれん草) ぜんまい煮 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(茄子・なめこ) 菜の花の辛子和え 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯 コンソメスープ 赤魚のムニエル ほうれん草のソテー 牛蒡サラダ	米飯 味噌汁(豆腐・わかめ) 魚のとろろ昆布焼き 大根の煮付け 白桃缶	米飯 清汁(厚揚げ・葱) 牛すき焼き風包み揚げ 青切昆布の煮物 バナナムース	米飯 清汁(豆腐・わかめ) 鯖の西京焼き 茄子の胡麻炒め オレンジ	米飯 味噌汁(じゃが芋・葉大根) 魚の黄金焼き 高野豆腐の煮物 手作りりんごゼリー🍏	米飯 味噌汁(白菜・ブナピー) 魚の唐揚げ 竹輪とピーマンの炒め物 フルーツのヨーグルト和え	米飯 味噌汁(切麩・葱) 小松菜と豚肉の甘辛炒め かに玉子ロール キャベツのゆかり和え
夕	米飯 清汁(花麩・三つ葉) 松風焼き ガーリックバター醤油ポテト メロンムース	米飯 コンソメスープ さつまいもとチキンボールのクリーム煮 蓮根の煮物 青梗菜としめじのお浸し	米飯 清汁(大根・貝割れ) ほっけの塩焼き 角はんぺんの煮物 金時豆	米飯 味噌汁(玉ねぎ・えのき) 鶏肉のガーリックソテー 海老団子の煮物 とろろ	米飯 わかめスープ かに玉 焼売 海藻サラダ	米飯 味噌汁(小松菜・舞茸) 鶏肉とアスパラの中華炒め 切干大根の煮物 きのこサラダ🍄	ミンチカレーライス ミニ野菜コロッケ もやしサラダ みかんヨーグルト
おやつ	ソフトクレープ(白桃)	まがりせんべい	黒糖丸ぼうろ	ウエハース&カントリーマアム	黒糖蒸し饅頭	ベルギーワッフル	🍡 手作り 鬼まんじゅう

※都合により変更する場合があります

