

10月

献立表



	月	火	水	木	金	土	日
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	米飯 高野五目煮 味噌汁 (大根・貝割れ) 乳酸菌飲料 玉子風味ソース	米飯 がんもと切り昆布の煮物 味噌汁 (さつま芋・まいたけ) 乳酸菌飲料 佃煮	パン ウィナー・ムオムレツ コーンスープ 乳酸菌飲料 ジャム	米飯 さつま揚げの煮物 味噌汁 (玉ねぎ・えのき) 乳酸菌飲料 玉子風味ソース	米飯 豆腐ハンバーグ 味噌汁 (大根・貝割れ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 茄子のおかか煮 味噌汁 (豆腐・わかめ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 キャベツとウィンナーの炒め物 味噌汁 (大根・きざみあげ) 乳酸菌飲料 ふりかけ
昼食	米飯 ★人気メニュー 豆腐の挽肉包み焼 青菜の山葵醤油和え 味噌汁 (豆腐・なめこ)	米飯 白身魚の切身焼 じゃが芋のマスタード炒め 味噌汁 (もやし・わかめ)	米飯 ★人気メニュー 鶏天 茄子の味噌煮 清汁 	米飯 さばアレルギーです 鯖の塩レモン焼 ポテサラダ 味噌汁 (茄子・ねぎ)	米飯 赤魚の西京焼 筍と鶏肉の煮物 パインムス	米飯 ★人気メニュー さつま芋御飯 鱒のキノコ甘酢あんかけ もやし炒め ★人気メニュー 茶碗蒸し 	米飯 ★人気メニュー 鶏肉のハチチス焼 冬瓜とツナの煮物 味噌汁 (玉ねぎ・しいたけ)
	米飯 豚肉の生姜焼 大根サラダ 手作り水羊羹	米飯 鱈の中華餡 大根の旨煮 ピーチムス	米飯 豆腐チャンプル 海老団子の煮物 フルーツカテル缶	米飯 ★人気メニュー 鶏肉のマーマレード焼 ワンタンの玉子とじ 味噌汁 (ほうれん草・なめこ)	米飯 鶏肉のにら胡麻焼 大焼売 味噌汁 (小松菜・しめじ)	米飯 青椒肉絲 しのだ煮 ブドウムス 	
3時	フォンデュール 3個	ぽたぽた焼 1袋	和ワトリータ 2本	パナカステラ 1本	紅葉饅頭 1個	ベルギーワッフル 1個	やわらかおかき (きなこ) 1袋