



献立表



	月 10月 火	水	木	金	土	日	
	28	29	30	1	2	3	
朝食	米飯 ハムと野菜のソテー 味噌汁 (白菜・しめじ) 乳酸菌飲料 佃煮	パン オムレツ コンスープ 乳酸菌飲料 ジャム	米飯 炒り豆腐 味噌汁 (大根・きざみあげ) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 さつま揚げの煮物 白菜・葉大根 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 マカロニサラダ 味噌汁 (南瓜・えのき) 乳酸菌飲料 ふりかけ	米飯 ひじき煮 味噌汁 (もやし・えのき) 乳酸菌飲料 玉子風味ソース	米飯 牛蒡の金平 味噌汁 (豆腐・きざみあげ) 乳酸菌飲料 佃煮
昼食	★ 米飯 人気メニュー か玉 餃子 中華スープ	米飯 鱒の塩焼 筑前煮 手作り牛乳寒天	★ 米飯 人気メニュー 南瓜ハンバーグ 花野菜サラダ 手作り南瓜パバロア	★ 米飯 人気メニュー 栗ごはん 秋刀魚の塩焼 南瓜饅頭 キノコ餡 清汁・梨	米飯 鶏肉ソテークリームソース 魚肉ソーセージのソテー バナナ	★ 米飯 人気メニュー 回鍋肉 焼売 卵スープ	米飯 シーフードのオムレツ コールスローサラダ みかん
夕食	米飯 鶏肉のトマトソースがけ 長芋とコーンのバター醤油炒め 黄桃缶	米飯 鶏肉の葱塩焼 さつま芋と舞茸の醤油炒め 味噌汁 (玉ねぎ・わかめ)	米飯 焼豆腐のカレー風味煮 ピーマン炒め 清汁	米飯 鶏肉の照焼 牛蒡のしぐれ煮 味噌汁 (大根・きざみあげ)	米飯 白身魚の黒酢餡かけ 白菜の海苔和え 味噌汁 (大根・しめじ)	米飯 オムレツ トマトソースかけ マカロニグラタン パン缶	米飯 鶏肉の胡麻ダレ焼 高野豆腐の煮物 味噌汁 (南瓜・しいたけ)
3時	ロールケーキ 1/6切	栗がテラ饅頭 1個	★ 人気メニュー 南瓜カップケーキ 1個	チョコクッキー 1袋	ミルクティーパームクレーン 1個	黒棒 1個	粒小豆最中 1個