



献立表

	10/27(月)	10/28(火)	10/29(水)	10/30(木)	10/31(金)	11/1(土)	11/2(日)
朝	米飯 味噌汁(南瓜・葉大根) 筑前煮 牛乳 梅干し	米飯 味噌汁(里芋・ナメコ) ひじき煮 牛乳 明太子風味ソース	米飯 味噌汁(小松菜・ブナピー) オクラと湯葉のおかか和え 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(モヤシ・椎茸) 五目金平 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(蕪・舞茸) 揚げ茄子の煮浸し 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(大根・葉大根) さつま芋の煮物 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(さつま芋・ねぎ) 切干大根の煮付け 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯ハーフ【麺の日】 きしめん 海老天 🍲 🍤 手作り きな粉牛乳寒天	米飯 味噌汁(さつま芋・エノキ) アジフライ 五目豆 洋梨缶	《みほぎ食堂》 29(水)3階 30(木)2階  米飯・豚汁・秋刀魚の塩焼き 南瓜の煮物・梨 《通常献立》 29(水)2階 30(木)3階 ハヤシライス・プリン		米飯【ハロウィン】 コンソメスープ 手作り南瓜コロッケ 花野菜炒め 黄桃缶	【ホットドッグの日・紅茶の日】 ドッグパン クラムチャウダー ウインナー&野菜サラダ 手作り紅茶ゼリー	米飯 味噌汁(白菜・油揚げ) 手作り豆腐ハンバーグ 目玉焼き 手作りグレープゼリー
夕	米飯 清汁(豆腐・貝割れ) 鶏肉のもろみ味噌焼き さつま芋とリンゴの甘煮 モヤシと塩昆布の和え物	米飯 清汁(厚揚げ・ねぎ) 干しエビの卵焼き 大根としめじの炒め煮 小松菜の胡麻和え	米飯 清汁(玉麩・三つ葉) 鶏肉の西京焼き 蕪の煮物 バナナムース	米飯 味噌汁(白菜・エノキ) 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのカニあんかけ オレンジ	米飯 パンプキンスープ 白身魚のムニエル きのこの炒め物 大豆サラダ	野沢菜とじゃこの混ぜご飯 清汁(花麩・わかめ) 鯖の塩焼き 人参の金平 白菜のポン酢和え	米飯 清汁(切麩・貝割れ) 魚の明太マヨ焼き キャベツソテー じゃが芋のマスタード和え
おやつ	パンケーキ(メープル)	かっぱえびせん	お楽しみ	チョコバウムクーヘン	ハロウィン饅頭	マリービスケット	まがりせんべい

～おいしいサンマの見分け方～

・小顔で胴回りは太いもの ・表面が滑らかでうろこが残っているもの ・持った時にクツツとなっていないもの

※都合により変更する場合があります

★糖尿病食の方は小鉢が変更になります

