

献立表 (10月1日～10月15日)



	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
朝食					御飯 ちくわ炒め煮 とろろ芋 味噌汁 牛乳	御飯 のり佃煮 華風煮 しんじょう 味噌汁 牛乳	御飯 ソーセージチャップ煮 青菜のソテー 味噌汁 牛乳
昼食					御飯 メンチカツ 卵の花炒め 辛子和え 味噌汁	いわしつみれの照焼丼 マカロニサラダ すまし汁 フルーツ寒天	御飯 ガーリック醤油チキン 高野の含め煮 ナムル 味噌汁
おやつ					ロールケーキ	和のパンケーキ	パウンドケーキ
夕食					御飯 干草焼き 茄子の煮付 味噌汁 漬物	御飯 八宝菜 胡麻和え 味噌汁 漬物	御飯 白身魚のソテーがけ チャプチェ 味噌汁 漬物
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	バターロール&黒糖ロール チキンナゲット コンソメスープ 牛乳	御飯 うめ佃煮 大豆と鶏肉の煮物 スパサラダ 味噌汁 牛乳	御飯 洋風煮 ウインナー 味噌汁 牛乳	玉子雑炊 厚揚げ香味あん 漬物 味噌汁 牛乳	御飯 がんす うぐいす豆 味噌汁 牛乳	御飯 のり佃煮 エビ団子味噌煮 ピーマン金平 味噌汁 牛乳	御飯 根菜旨煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 牛乳
昼食	御飯 松風焼き 青切昆布の炒め煮 南瓜サラダ すまし汁	キーマカレー 福神漬 フロッキーのサラダ 梨のコンポート	御飯 ハンバーグ 炒り豆腐 大根サラダ 味噌汁	ちらし寿司 漬物 五目煮 磯和え すまし汁	ゆかり御飯 にゅうめん 豆腐田楽 カニカマ和え ゼリー	御飯 魚の山椒焼き さつと煮 春雨生酢 すまし汁	御飯 かに玉 茄子の煮付 ポテトサラダ 味噌汁
おやつ	フリン	蒸しパン	マドレーヌ	ウエハース	メープルパンケーキ	ミニあんぱん	ベルギーワッフル
夕食	御飯 豚肉のオイスター炒め カリフラワーのサラダ 味噌汁 漬物	御飯 コロッケ 二色ソテー 味噌汁 漬物	御飯 魚の野菜あんかけ わさび和え 味噌汁 漬物	御飯 豆腐ステーキ 中華炒め 味噌汁 漬物	御飯 白身フライ くるみ和え 味噌汁 漬物	御飯 鶏肉のレンゲツボ焼き 切干大根の煮物 味噌汁 漬物	御飯 鶏肉と豆腐の塩スープ ちくわの磯辺揚げ 味噌汁 漬物
	11	12	13	14	15		
朝食	バターロール&黒糖ロール 肉団子 ポタージュ 牛乳	御飯 鯛味噌 白菜中華あん オムレツ 味噌汁 漬物	御飯 さつまいもオyster炒め煮 とろろ芋 味噌汁 漬物	梅生巻の雑炊 玉子焼き 漬物 味噌汁 牛乳	御飯 サイコロ豆腐煮 ちくわの甘辛炒め 味噌汁 牛乳		
昼食	御飯 煮し鶏 卵の花炒め 辛子和え 味噌汁	御飯 揚げ豆腐 生巻あんかけ たご焼き ピーナッツ和え 味噌汁	三色丼 ナムル 味噌汁 ゼリー	菜飯 きつねそば シューマイ お浸し	御飯 お魚カツ シモン風味 ひじき煮 おかか和え 味噌汁		
おやつ	ロールケーキ	栗まんじゅう	ビスケット	和のパンケーキ	やわらかおかき		
夕食	御飯 エビミックスフライ 玉子とじ 味噌汁 漬物	御飯 豚肉の胡麻ポン酢炒め 大根の煮物 味噌汁 漬物	御飯 野菜の肉巻き 高野の含め煮 味噌汁 漬物	御飯 タンダーリーチキン マカロニサラダ 味噌汁 漬物	御飯 豚キムチ炒め ドレッシング和え 味噌汁 漬物		