献立表
（10月16日～10月31日）



	日	月	火	水	木	金	土
						16	17
朝食						御飯 のり佃煮 かぶコンソメ煮 うずら豆煮 味噌汁 牛乳	御飯 野菜しんじょうあん 青菜のソテー 味噌汁 牛乳
昼食						御飯 魚の生姜煮 ジャーマンポテト 胡麻和え 味噌汁	御飯 鶏肉のソテー 信田煮 玉子豆腐 味噌汁
おやつ						ミニチョコパン	白い風船
夕食						御飯 ミートローフ チャプチェ 味噌汁 漬物	御飯 エビ入りかき揚げ 南瓜煮 味噌汁 漬物
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ&黒糖ロール ミニハンバーグ コンソメスープ 牛乳	御飯 鯛味噌 炒り豆腐 スティックチキン 味噌汁 牛乳	御飯 あっさり煮 焼きさつまあげ 味噌汁 牛乳	玉子雑炊 味噌肉団子 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 枝豆がんも お浸し 味噌汁 牛乳	御飯 じゃが磯煮 ピーマン金平 味噌汁 牛乳
昼食	御飯 豚肉の中華炒め 切干大根の煮物 二色和え 味噌汁	カレーピラフ 茄子のケチャップ煮 ゆず風味和え 中華スープ ミルク寒天	菜飯 肉うどん 豆腐田楽 ツナ和え	御飯 魚のパン粉焼き 五目煮 春雨生酢 味噌汁	肉味噌丼 ゆかり和え すまし汁 果物缶	さつまいも御飯 鶏天 茄子の煮付 味噌汁 ゼリー	御飯 豆腐のチャンプルー コンソメ煮 スパサラダ 味噌汁
おやつ	黒糖ケーキ	マリービスケット	マーラカオ	ロールケーキ	バームクーヘン	黒糖まんじゅう	バターケーキ
夕食	御飯 和風麻婆豆腐 さつまいもサラダ すまし汁 漬物	御飯 チキンステーキ 磯和え 味噌汁 漬物	御飯 白身魚の天ぷら さっと煮 味噌汁 漬物	御飯 中華豆腐 竹輪の磯辺揚げ 味噌汁 漬物	御飯 豚肉のﾊﾆｰﾏｽﾀｰﾄﾞ炒め ポテトサラダ 味噌汁 漬物	御飯 具だくさんオムレツ わさび和え 味噌汁 漬物	御飯 ギョーザの中華煮 大根サラダ 味噌汁 漬物
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ&黒糖ロール ウインナー ポタージュ 牛乳	御飯 うめ佃煮 竹輪の甘辛炒め 白いんげん豆煮 味噌汁 牛乳	御飯 高野煮 とろろ芋 味噌汁 牛乳	海苔の雑炊 ほうれん草煮浸し 漬物 味噌汁 牛乳	御飯 はんぺんスープ煮 青菜のソテー 味噌汁 牛乳	御飯 のり佃煮 信田煮 うずら豆煮 味噌汁 牛乳	御飯 冬瓜そぼろあん 玉子焼き 味噌汁 牛乳
昼食	御飯 肉団子の甘酢煮 ひじきの炒め煮 玉子豆腐 味噌汁	御飯 鶏肉の山椒焼き チャプチェ ナムル 味噌汁	御飯 アジフライ ふろふき大根 マカロニサラダ すまし汁	菜飯 焼きそば シューマイ 味噌汁	ちらし寿司 漬物 しんじょう ピーナッツ和え 味噌汁	御飯 豚肉の明太マヨ焼き たこ焼き 胡麻和え 味噌汁	ハロウィン 南瓜入りひき肉カレー コールスローサラダ 果物 漬物
おやつ	もみじ饅頭	レモンケーキ	どらやき	ミニクリームパン	ドーナツ	やわらかおかき	かぼちゃプリン
夕食	御飯 筑前煮 おかか和え 味噌汁 漬物	御飯 魚のチーズソテー ジャーマンポテト 味噌汁 漬物	御飯 豚肉の塩だれ炒め 洋風煮 味噌汁 漬物	御飯 千草焼き 卯の花炒め 味噌汁 漬物	御飯 豚肉の南蛮炒め じゃが味噌煮 すまし汁 漬物	御飯 野菜ハンバーグ カリフラワーのサラダ 味噌汁 漬物	御飯 魚のゆず醤油焼き ミニナポリタン かき玉汁 漬物