

献立表

10 月

日	月	火	水	木	金	土
						1
						つつけ かぼちゃサラダ デザート
2	3	4	5	6	7	8
	炊き込みごはん みそ汁 えびカツ 酢のもの	ごはん みそ汁 チキンステーキ(みそ風味) 刻み芋 漬物	ごはん みそ汁 すき焼風煮 おろし和え 漬物	ごはん ごぼう汁 煮魚(カレイ) マカロニサラダ 漬物	たぬきそば ジャンボシューマイ さつま芋サラダ	カレーライス 拌三絲 デザート
	9	10	11	12	13	14
	ごはん みそ汁 とりつくね 山菜の煮つけ 漬物	えびフライ卵とじ丼 みそ汁 大根なます 漬物	ごはん みそ汁 焼魚 炊き合わせ 漬物	けんちんうどん トマト デザート	おにぎり 豚汁 和えもの デザート	ごはん みそ汁 酢豚 白和え 漬物
	16	17	18	19	20	21
	サンドイッチ クリームシチュー ブロッコリーシーチキン ジュース	ごはん みそ汁 焼魚 うま煮 漬物	ラーメン かぼちゃの含め煮 デザート	かき揚げ みそ汁 酢みそ和え 漬物	ごはん みそ汁 えび玉甘酢あんかけ ひき昆布の含め煮 漬物	スタミナ炒飯 ワンタンスープ みそかけ
	23	24	25	26	27	28
	ごはん みそ汁 焼魚 ビーフン炒め 漬物	焼そば ポタージュスープ ポテトサラダ デザート	カレーライス トーフサラダ デザート	ごはん みそ汁 ロールキャベツ おひたし 漬物	ごはん 正油汁 鯖のみそ煮 しゃぶしゃぶサラダ 漬物	ごはん けの汁 煮魚(カスベ) トマトエッグ 漬物
	30	31				
	いなり寿し せんべい汁 あんかけ玉子トーフ 甘酢生姜					