

平成30年10月 昼食予定献立表

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
三色丼 味噌汁 胡麻煮 酢の物 フルーツ	ご飯 味噌汁 はんぺん詰め揚げ がんもの煮物 ゆで野菜サラダ 黒糖豆乳ゼリー	さつまいもごはん 味噌汁 メカジキの和風ムニエル そばろ煮 胡麻和え 黒糖ゼリー	あんかけ焼きそば 中華風コンスープ インゲンの香味和え フルーツ寒天	ネギトロ丼 吸い物 長芋の含め煮 梅肉和え 小豆プリン	御飯 味噌汁 鶏肉の照り煮 ひじきの炒り煮 南瓜サラダ フルーツ
8	9	10	11	12	13
煮麺 <small>鶏しんじょうの炊き合わせ</small> ピーナッツ和え みかんの牛乳かん	御飯 味噌汁 <small>豆腐ハンバーグきのこあんかけ</small> 山菜の炒り煮 スパゲティサラダ オレンジゼリー	御飯 味噌汁 ピーマンの肉詰め 金平牛蒡 胡麻酢和え 煮りんご	御飯 コンソメスープ スパニッシュオムレツ ひじきの炒り煮 和風マカロニサラダ フルーツ	栗ごはん 吸い物 西京漬け焼き 高野豆腐の煮物 柚子びたし 抹茶ゼリー	親子丼 味噌汁 胡麻煮 ほうれん草の磯和え フルーチェ
15	16	17	18	19	20
御飯 中華風コンスープ 牛肉の焼肉 さつま芋のオレンジ煮 ところてんの和え物 杏仁豆腐	御飯 味噌汁 <small>鮭のムニエルタルタルソース</small> 切昆布の炒り煮 ブロッコリーとハムの和え物 フルーツ	御飯 味噌汁 <small>鶏のから揚げ葱ソース</small> 山菜の炒り煮 人参サラダ フルーツ	御飯 かき卵汁 鯖の味噌煮 うの花の炒り煮 胡瓜とみかんの酢の物 デザートバイキング	とろろそば(温) 胡麻煮 鶏辺和え 栗ぜんざい	御飯 味噌汁 <small>イカと野菜の中国風旨煮</small> 焼売 中華風サラダ みかんゼリー
22	23	24	25	26	27
御飯 味噌汁 カレーのもろみ焼き <small>じゃが芋とひじきのそばろ煮</small> あい混ぜ フルーツ	御飯 コンソメスープ <small>鶏肉のオニオントマト煮</small> 金平牛蒡 ポテトサラダ コーヒーゼリー	きつねうどん(温) そばろ煮 胡麻醤油和え 水ようかん	鮭ごはん さつま汁 <small>魚河岸揚げのおろし煮</small> 酢の物 黒糖ゼリー	御飯 味噌汁 <small>茄子のはさみ揚げ煮</small> 炒り豆腐 わさび和え 人参ゼリー	御飯 味噌汁 刺し身盛り 里芋煮 胡麻味噌和え 煮りんご
29	30	31			
おにぎり 味噌汁 <small>盛合せ(唐揚げ・厚焼き玉子)</small> べじのすけの煮物 辛子和え ミックスフルーツ	けんちんうどん <small>南瓜のそばろあんかけ</small> 胡麻醤油和え 黒胡麻プリン	栗ごはん 味噌汁 鯖の柚庵焼き ひじきの炒り煮 胡麻醤油和え フルーツ			

*食材の都合によりメニューを変更させていただく場合がありますので、ご了承下さい。