

週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
10月1日 水曜日	御飯 大豆とひじきの煮物 牛乳 梅干 味噌汁	御飯 豚肉のトマトソースかけ 添え)じゃがいもの香草和え かぶの洋風煮 菜の花と黄ピーマンのイタドレ和え コンソメスープ	栗しぐれ(3個)	御飯 治部煮 春雨炒め 桜漬け 味噌汁
10月2日 木曜日	御飯 切干大根煮 牛乳 のり佃煮 味噌汁	御飯 肉豆腐 大学芋 カリフラワーと枝豆の柑橘ドレ和え 味噌汁	マスカットゼリー	御飯 あじのカレーパン粉焼き 添え)ブロッコリーソテー クリーム煮(マカロニ) ほうれん草とコーンのフレドレ和え コンソメスープ
10月3日 金曜日	麦飯 高野豆腐の煮物 牛乳 赤かっぱ 味噌汁	ビビンバ ミニ春巻き デザートムース(ぶどう) 海藻サラダ 中華スープ	バームロール	御飯 千草焼き 添え)大根おろし 根菜煮 白菜とえのきのごま和え 味噌汁
10月4日 土曜日	御飯 竹輪のきんぴら 牛乳 白花豆 味噌汁	御飯(小) にゅうめん 半平の挟みやき(小 小松菜ともやしの辛子和え 牛乳寒天いちご	マロンババロア	御飯 豚の山椒味噌焼き 添え)ほうれん草ソテー 厚揚げの煮物 オクラと人参の青じそドレ和え すまし汁
10月5日 日曜日	食パン マカロニケチャップ炒め 牛乳 フルーツヨーグルト(パイナップル) コンソメスープ	御飯 ブリカツ 添え)キャベツ千切り がんもと大根の煮物 もやしとえのきのゆかり和え 味噌汁	たいやきこしあん	御飯 豆腐ステーキきのこあん じゃが芋の土佐煮 白菜の浅漬け すまし汁
10月6日 月曜日	御飯 かぶのそぼろ煮 牛乳 青かっぱ 味噌汁	御飯 ハンバーグ(グレイビーソース) 添え)パプリカソテー さつま芋の甘煮 菜の花とコーンのセパドレ和え コンソメスープ	キャラメルプリン	御飯 白身魚の青のりマヨ焼き 添え)小松菜とかにの生姜和え もやしのチャンプル 切り干しサラダ 味噌汁
10月7日 火曜日	麦飯 ウインナーとチンゲン菜炒め 牛乳 らっきょう 味噌汁	ちらし寿司 信田煮 フルーツカクテル ほうれん草とえのきのゆずドレ和え 味噌汁	(スイーツ盛り合わせ)	御飯 豚肉のオイスター炒め だいこんの中華煮 人参のナムル 中華スープ

※イベントや仕入れ状況により献立が変更になる場合があります。

週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
10月8日 水曜日	御飯 焼き豆腐と菜の花の煮物 牛乳 たいみそ 味噌汁	御飯(小) 鶏南蛮うどん かぼちゃ天 ブロッコリーともやしのおかか和え ヨーグルト(ブルーベリーソース)	カフェオレゼリー	御飯 和風かに玉 野菜つみれの煮物 ごぼうサラダ 味噌汁
10月9日 木曜日	御飯 ひじきの煮物 牛乳 桜漬け 味噌汁	御飯 カレイのにんにく醤油焼き 添え)ピーマンの金平 ミニ塩肉じゃが オクラとえのきの梅ドレ和え すまし汁	黒糖まんじゅう	御飯 肉団子のトマト煮 コーンサラダ フルーツ(みかん缶) コンソメスープ
10月10日 金曜日	麦飯 卵豆腐の野菜かけ 牛乳 のり佃煮 味噌汁	御飯 鶏マヨ 厚揚げとたけのこの中華煮 キャベツのザーサイ和え 中華スープ	ストロベリーババロア	御飯 さばの煮付 蓮根の明太炒め ほうれん草ともやしのポン酢和え 味噌汁
10月11日 土曜日	御飯 がんもの含め煮 牛乳 金時豆 味噌汁	御飯 牛肉と春雨の炒め物 花しんじょう煮 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁	プチシュー(カスタード)	御飯 豆腐の肉味噌かけ 里芋の煮物 春菊とにんじんのゆずドレ和え すまし汁
10月12日 日曜日	クロワッサン さつま芋のジャーマンポテト 牛乳 フルーツヨーグルト(りんご) コンソメスープ	御飯 あんかけ焼きそば えびしゅうまい オクラと玉葱の中華ドレ和え 中華スープ	ピーチゼリー	御飯 親子煮 なす田楽 菜の花とコーン青じそドレ和え すまし汁
10月13日 月曜日	御飯 白菜のフレーク煮 牛乳 青かつぱ 味噌汁	御飯(ごま塩) 鯖の塩焼き/だし巻きたまご 唐揚げ/エビフライ 小松菜と人参の生姜和え フルーツ(梨)	ようかん(栗味)	御飯 温しゃぶ 冬瓜のかにあん いんげんとしめじのおかか和え 味噌汁
10月14日 火曜日	麦飯 炒り豆腐 牛乳 梅干 味噌汁	御飯 白身魚のおろし煮 にんにくの芽いため カリフラワーと枝豆の柑橘ドレ和え 味噌汁	しっとりおからケーキ(抹茶)	御飯 鶏肉の西京焼き 添え)小松菜炒め 生麩の生姜煮 ひじきのサラダ すまし汁

※イベントや仕入れ状況により献立が変更になる場合があります。

週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
10月15日 水曜日	御飯 さつま揚げの煮物 牛乳 たいみそ 味噌汁	御飯 ポークピカタ ペペロンチーノ かぼちゃサラダ コンソメスープ	(おまかせおやつ)	御飯 ブリの照り焼き 添え)じゃが芋のゆかり和え 高野豆腐の煮物 白菜と豆苗の塩昆布和え 味噌汁
10月16日 木曜日	御飯 焼き豆腐のあんかけ 牛乳 赤かっぱ 味噌汁	御飯(小) きつねうどん 焼鳥風 ブロッコリーとカニフレークのゆずドレ和え 牛乳寒天あずき	カステラ	御飯 オムレツ(ホワイトソース) 大根のコンソメ煮 菜の花とコーンのセバドレ和え コンソメスープ
10月17日 金曜日	麦飯 ひじきの炒め煮 牛乳 たいみそ 味噌汁	御飯 ブリのみりん漬け焼き 添え)3色ピーマンの金平 かぶの煮物 ゴーヤサラダ 味噌汁	黒胡麻プリン	御飯 鶏肉の香味ソース 添え)キャベツの塩昆布和え 信田煮 ほうれん草とえのきの青じそドレ和え すまし汁
10月18日 土曜日	御飯 イカボールの和風煮 牛乳 桜漬け 味噌汁	御飯 豆腐ハンバーグ(照り焼き) 添え)チンゲン菜とフレークの炒め 里芋の味噌煮 海藻サラダ すまし汁	プチケーキりんご	御飯 チンジャオロース えびしゅうまい もやしとにんじんのナムル 中華スープ
10月19日 日曜日	クロワッサン チキンボールのトマト煮 牛乳 フルーツヨーグルト(黄桃) コンソメスープ	御飯 さばの塩焼き 添え)大根おろし なすの田舎煮 カリフラワーと枝豆の磯和え すまし汁	ヨーグルトババロア	御飯 焼肉風炒め かぼちゃの甘煮 白菜としめじのゆずドレ和え 味噌汁
10月20日 月曜日	御飯 生ふの生姜煮 牛乳 青かっぱ 味噌汁	わかめ御飯(小) コロそば(冷) 竹輪の磯辺揚げ オクラとカニフレークの柑橘ドレ和え ようかん	たいやきカスタード	御飯 メバルの煮付 春雨炒め 菜の花のごま和え 味噌汁
10月21日 火曜日	麦飯 ウインナー炒め 牛乳 たいみそ 味噌汁	御飯 赤魚のぼん酢ソースかけ さつまいもの甘煮 切干大根サラダ 味噌汁	オレンジゼリー	御飯 鶏の葱味噌焼き 添え)白菜わさび和え つみれの煮物 春雨サラダ すまし汁

※イベントや仕入れ状況により献立が変更になる場合があります。

週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
10月22日 水曜日	御飯 炒り豆腐 牛乳 のり佃煮 味噌汁	ひじきとしらすの混ぜご飯 さごしの西京焼き 添え)春菊と人参の和え物 ・天ぷら盛り合わせ ・炊き合わせ フルーツ(りんご缶) 赤だし	お茶まんじゅう	御飯 スパニッシュオムレツ ビーフシチュー(小 コンソメスープ
10月23日 木曜日	御飯 にんじんとちくわの金平 牛乳 らっきょう 味噌汁	御飯 豚肉のソテーシャリアピンソース 添え)千切り野菜 がんもの煮物 れんこんとかいわれの辛子マヨ和え すまし汁	マンゴープリン	御飯 タラのバター蒸し 大根のくず煮 きゅうりの浅漬け 味噌汁
10月24日 金曜日	麦飯 ゴーヤとさといも炒め 牛乳 しば漬け 味噌汁	カレーライス 野菜コロッケ ヨーグルト(ブルーベリーソース) ブロッコリーとコーンのフレドレ和え コンソメスープ	ストロベリーゼリー	御飯 鶏肉の赤しそパン粉焼き 添え)菜の花の磯和え エビボールの煮物 カリフラワーとえのきの和ドレ和え すまし汁
10月25日 土曜日	御飯 五目煮豆 牛乳 たくあん漬け 味噌汁	御飯(小) 豚骨醤油ラーメン 野菜炒め チンゲン菜とぜんまいのナムル 杏仁豆腐	白まんじゅう	御飯 豆腐の和風煮 じゃがいものバター炒め 春菊の青じそドレ和え すまし汁
10月26日 日曜日	食パン スクランブルエッグ 牛乳 フルーツヨーグルト(みかん) コンソメスープ	御飯 あじの西京焼き 添え)ほうれん草のおかか和え かぶの煮物 春雨サラダ すまし汁	(誕)モンブラン	御飯 肉団子の甘酢あん にんにくの芽炒め ザーサイ 中華スープ
10月27日 月曜日	御飯 ツナとピーマン炒め 牛乳 たいみそ 味噌汁	御飯 揚げ出し豆腐のあんかけ ビーフンソテー タラモサラダ 味噌汁	チョコババロア	御飯 カレイの生姜焼き 添え)金平ごぼう 冬瓜の煮物 ブロッコリーとカニフレークのマヨポン和え すまし汁
10月28日 火曜日	麦飯 半平と小松菜の甘辛煮 牛乳 赤かっぱ 味噌汁	御飯 八宝菜 中華風大根の煮物 フルーツカクテル 中華スープ	ひとくち豆乳ドーナツ	御飯 ぶりの粕漬け 添え)小松菜の胡麻和え れんこんのそぼろ炒め いんげんとえのきの生姜和え すまし汁

※イベントや仕入れ状況により献立が変更になる場合があります。

週間献立表

日付	朝食	昼食	おやつ	夕食
10月29日 水曜日	御飯 卵豆腐のきのこあんかけ 牛乳 らっきょう 味噌汁	御飯 たらの揚げ煮 冬瓜の生姜煮 和風さといもサラダ 味噌汁	プリン	御飯 つくね巻 田楽 小松菜とカニフレークのゆずドレ和え すまし汁
10月30日 木曜日	御飯 さつまあげの煮物 牛乳 しば漬け 味噌汁	御飯 ミックスフライ 添え)キャベツ千切り エビボールの煮物 ほうれん草とコーンのわさび和え 味噌汁	(おまかせおやつ)	御飯 擬製豆腐 ミニ塩肉じゃが もやしとかいわれの青じそドレ和え すまし汁
10月31日 金曜日	麦飯 厚揚げチャンプル 牛乳 のり佃煮 味噌汁	ゆかり御飯(小) 肉ししめん 半平の挟みやき(小 ブロッコリーの和ドレ和え かぼちゃパパロア(ホイップ)	バームクーヘン	御飯 味噌鍋風 ウインナーとさといもの炒め物 フルーツ(バナナ) すまし汁
11月1日 土曜日				
11月2日 日曜日				
11月3日 月曜日				
11月4日 火曜日				

※イベントや仕入れ状況により献立が変更になる場合があります。