

10月 月間予定献立表

					1(金)	2(土)
					さつまいもごはん 味噌汁 赤魚の塩麹焼き 揚げ茄子おろしポン酢 オクラの塩昆布和え	ごはん 味噌汁 豆腐ナゲット 大根うま煮 イチゴゼリー
3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
カレー献立						
お休み	ポークカレー ツナサラダ フルーツポンチ	チキンピラフ コンソメスープ エビマヨコロケ キャベツサラダ	ゆかりごはん 味噌汁 鶏のから揚げネギダレ 里芋煮 青リンゴゼリー	ごはん 味噌汁 鱈の利休焼き ひじき煮 ほうれん草の山椒和え	ごはん 味噌汁 白身魚のフライ 野菜炒め 白桃缶	ごはん 中華スープ ホイコーロー さつまいものレモン煮 もやしの中華和え
10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
					パン・ごはん選択献立	
お休み	ごはん かきたま汁 鯖の味噌煮 春雨炒め 胡瓜の甘酢和え	ごはん 味噌汁 牛肉コロケ <small>スナッフエンドウのオイスター炒め</small> マカロニサラダ	ごはん 味噌汁 白身魚の幽庵焼き 彩り野菜卵焼き 小松菜の和え物	ごはん 味噌汁 鶏肉のバーベキューソース カリフラワー炒め アスパラサラダ	パン・ごはん選択 コーンスープ ハンバーグ トマトソース キャベツのタルタルサラダ りんご缶	ごはん 味噌汁 白身魚の天ぷら野菜あん 炒り豆腐 ほうれん草の辛子和え
17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
					麺献立	
お休み	ごはん 味噌汁 白身魚の辛子マヨ焼き 冬瓜そぼろあんかけ 青梗菜の和え物	きのこあんかけうどん ワカメごはん かぼちゃのふんわり天 胡瓜の柚子風味和え	ごはん ビーフシチュー ハムサラダ フルーツヨーグルト	ごはん 味噌汁 カレイのから揚げ和風あんかけ 卵の花 小松菜のお浸し	ごはん 味噌汁 鶏のねぎ塩焼き 切干大根煮 スナッフエンドウのサラダ	炊き込みごはん すまし汁 焼き栗コロケ 切り昆布煮 鶏肉の胡麻酢和え
24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
						誕生日会献立
お休み	三色丼 すまし汁 大根ちくわ煮 キャベツのさっぱり和え	さつまいもごはん 味噌汁 カレイの煮付 揚げだし豆腐 小松菜の胡麻和え	ごはん 味噌汁 チキンソテーオニオンソース じゃがいもの甘辛炒め みかん缶	チャーハン 中華スープ えびしゅうまい パンバンジー風サラダ	ごはん 味噌汁 焼き鯖の香味だれ 茄子の煮物 トマトサラダ	赤飯 赤だし味噌汁 豚カツ 茶碗蒸し
31(日)	<p><10月の旬の食材> きのこ類・かぼちゃ・さつまいも・鮭・くり・ゆず・りんご などです だんだん涼しくなってきた食欲の秋になってきました。 きのこやさつまいも、おやつでもりんごやくりなど秋を感じられる食材を取り入れてみたので、食事からも秋を感じていただけたら嬉しいです♪</p> 					
お休み						

先月のおやつ (9月は以下のおやつをお召し上がりいただきました)

日	月	火	水	木	金	土
			1 ヤタロー 洋梨のタルト	2 ヤタロー シルキーコッタ	3 ヤタロー 酒饅頭 葛饅頭	4 ヤタロー ワッフル
6	ヤタロー カップアイス	7 ヤタロー モンブランケーキ	8 こぎく 栗まんじゅう	9 こぎく みそまん	10 ヤタロー ドーナツ	11 ヤタロー あんみつ
13	ヤタロー だら焼	14 ヤタロー プリン	15 ヤタロー カップアイス	16 ヤタロー パウンドケーキ	17 こぎく カステラ	18 こぎく 豆乳ロール
20	ヤタロー 上用饅頭(紅)(白)	21 ヤタロー 行事用菓子(満月のうさぎ)	22 ヤタロー ロールケーキ	23 ヤタロー お彼岸用おはぎ	24 ヤタロー さわやかみかんゼリー	25 ヤタロー 生チョコケーキ
27	セブンイレブン アソートドーナツ	28 あわしま堂 もみじ饅頭	29 ヤタロー 抹茶プリン	30 ヤタロー スイートポテト		

一部施設により異なる場合がございますので、ご了承ください