

10月の食事メニュー

	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6
行事						
昼食	ご飯 紅鮭のマヨネーズ焼き ほうれん草中華風 すまし汁(かまぼこ) ネーブル	麦飯 干草焼き 里芋の煮物 すまし汁(もずく) 梨	おにぎり 肉うどん ひじき豆煮 べったら漬け ぶどう	ご飯 豚肉の変わり揚げ 大豆サラダ かき玉汁 バナナ	ご飯 魚のステーキ風 エビサラダ すまし汁(卵豆腐) フルーツヨーグルト	ご飯 鮭の照り焼き 野菜の辛子醤油和え きのこ汁 梨
おやつ	和菓子	きなこプリン	蒸饅頭	蒸饅頭	蒸しパン(栗)	和菓子
夕食	ご飯 八宝菜 人参のきんぴら 野菜スープ	ご飯 鶏肉のチーズ焼き ごまサラダ すまし汁(焼き麩)	ご飯 香味焼き 白和え 赤だしわかめ	ご飯 鯖の味噌煮 カニカマのなます すまし汁(ソーマン)	ご飯 ピーマンの肉詰め煮 ほうれん草ビーツ和え コンソメスープ	ご飯 鶏味噌焼き スバゲティサラダ すまし汁(エビボール)
日付	8	9	10	11	12	13
行事						
昼食	ご飯 蒸し魚のくすあんかけ ピーマンのじゃこ煮 味噌汁(さつまいも) ぶどう	ご飯 白身魚のポトフソースかけ 卵サラダ 人参スープ ネーブル	おはぎ 鶏レバーの生姜煮 けんちん汁 らっきょう漬け 梨	ちらし寿司 マグロのお刺身 さつまいものミルク煮 蟹淡雪まんじゅう すまし汁(もずく) 梨	ご飯 松島焼 野菜の梅肉和え すまし汁(はんぺん) ぶどう	ご飯 鰯のおろし煮 ポトフのゆず味噌かけ すまし汁(えび) バナナ
おやつ	蒸饅頭	杏仁豆腐	抹茶の葛練り	和菓子	蒸饅頭	和菓子
夕食	ご飯 麻婆豆腐 凉拌三絲 すまし汁(卵豆腐)	ご飯 豚肉のオイスター炒め 茄子のみぞれかけ きりこみ汁	麦飯 鮭のやまと焼き ポトフかにあんかけ すまし汁(エビボール)	ご飯 高野豆腐の卵とじ きゅうりの酢の物 すまし汁(焼き麩)	ご飯 肉じゃが(挽肉) 野菜の塩昆布和え 味噌汁(もやし)	ご飯 豆腐のステーキ ポテトサラダ 野菜スープ
日付	15	16	17	18	19	
行事						
昼食	ご飯 煮込みハンバーグ えんどうと人参の甘煮 すまし汁(ソーマン) あまなつ缶	ご飯 松風蒸し うの花炒り すまし汁(かにかまぼこ) 梨	きのこご飯 魚のねぎソースかけ 野菜の辛子醤油和え 赤だし バナナ	ご飯 中華風ローストチキン キムチ和え すまし汁(はんぺん) 柿	三色丼 炒り豆腐 すまし汁(うずらの卵) ネーブル	
おやつ	蒸饅頭	蒸饅頭	蒸饅頭	蒸しパン	シルキーコッタ(コーヒー)	
夕食	ご飯 牛肉の柳川風 ほうれん草しらす和え きのこ汁	ご飯 茄子の味噌炒め つ缶と野菜の味噌和え すまし汁(卵豆腐)	ご飯 鶏肉のうま煮 おくらとひじきのしそ和え すまし汁(焼き麩)	ご飯 里芋饅頭 ピーマンの鰹節和え すまし汁(あさり)	ご飯 鯖の塩焼き 白菜サラダ 豚汁	

※仕入れ等の都合により、予告なくメニューが変更になる場合がございます。
 ※利用者様個人のアレルギー・嗜好を考慮しメニューを変更する場合がございます。