

令和6年10月 予定献立表

	月	火	水	木	金	土	日	
朝	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁 もやし スクランブル(コーン)	ごはん みそ汁 しめじ ちくわ煮	ごはん みそ汁 里芋 塩サバ	ごはん みそ汁 はす ほろひき肉(コーン)	ごはん みそ汁 大根 まじり	ごはん みそ汁 豆腐 温泉たまご	
昼		ごはん すまし汁 魚の塩こうじ焼き おひフライ ブロッコリー-ごま和久 汁-ス	ごはん すまし汁 きつねうどん サラダ 牛乳	ごはん わかめスープ 和風スープ サラダ ヨーグルト	ごはん わかめスープ 豚肉坦々(ゆめ サラダ) プリン	ごはん みそ汁 照り焼きチキン マカロニサラダ 牛乳	ごはん みそ汁 魚の塩こうじ焼き 肉入りまじり 牛乳	
夕		ごはん 中華スープ 青林肉絲 蒸し餃子 酢の物	ごはん みそ汁 チキン南蛮 ワタチップス(ポテト) おくらおから和久	ごはん マカロニスープ 豚肉ごま焼き 洋-マシポテト ピリ辛きゅうり	ごはん トマトスープ 魚のたまごマヨ焼 フライドチキン ピクルス	ごはん 和風スープ 肉じゃが いかフライ サラダ	ごはん コンソメスープ ポークピカタ 野菜フリッター ほうろく茸ソテー	
朝	ごはん みそ汁 玉ねぎ にら玉	ごはん みそ汁 えのき ウインナー-コーンソテー	ごはん みそ汁 のぼり しょうまい	ごはん みそ汁 白菜 がんも煮	ごはん みそ汁 ねぎ 里芋炒め	ごはん みそ汁 はじめ ひき煮	ごはん みそ汁 じゃが芋 目玉焼き	
昼	ごはん 和風スープ 肉野菜炒め 揚げたこやき プリン	ごはん すまし汁 鶏のからあげ いげんナムル 汁-ス	わかめごはん ちゃんぽん 牛乳	ハヤシライス サラダ ヨーグルト	ごはん 中華スープ 豚肉ステーキ炒め サラダ プリン	ごはん みそ汁 チキンねぎ塩ダレ ピュア乳和久 牛乳	ごはん みそ汁 ソース焼きそば 揚げ餃子 牛乳	
夕	ごはん 豚汁 鶏の甘酢煮 里芋サラダ ワケたまご	ごはん 和風スープ 魚の竜田揚げ 甘酢肉団子 ワケたまごサラダ	ごはん みそ汁 かつ煮 温泉野菜 サラダ	ごはん 和風スープ 鶏の黒こしょう焼 れんこん塩炒め はます	ごはん すまし汁 魚の明太マヨ焼き 肉とスライスピリ辛炒 め焼き	ごはん コンソメスープ 手造りメンチカツ ワタチップス(ポテト) 小松菜炒め	ごはん 和風スープ 豚天ぷらソース ニにやく合平 おくらごま和久	
朝	ごはん みそ汁 小松菜 まやし炒め	ごはん みそ汁 キバツ 焼魚	ごはん みそ汁 里芋 ピリ辛こんにやく	ごはん みそ汁 しめじ 煮卵	ごはん みそ汁 もやし キバツ炒め	ごはん みそ汁 はす 又天煮	ごはん みそ汁 えのき オムレツ	
昼	ごはん みそ汁 魚のごま揚げ れんこんそば煮 プリン	ごはん すまし汁 豚肉黒こしょう炒め サラダ ジュース	ごはん 肉うどん サラダ 牛乳	キーマカレー サラダ ヨーグルト	豚丼 みそ汁 サラダ プリン	ごはん みそ汁 タレ焼きチキン コロップ ブロッコリー-ナムル 牛乳	ごはん みそ汁 魚の南蛮漬け 甘酢肉団子 牛乳	
夕	ごはん 中華スープ 油汗餃子 チップス ワケたまご	三色そばろし并 和風スープ サラダ	ごはん けんちん汁 豆腐ハンバーグ 揚げいももち カリフラワー マヨ和久	ごはん たまごスープ 味噌豚 かきあげ 酢の物	ごはん コンソメスープ チキンのトコ煮 スパゲティ 温泉野菜 サラダ	ごはん 和風スープ 手造りさつま揚げ はすみ炒め コーン-サラダ	ごはん 豚汁 とり天 野菜天 白菜おからほろ煮	
朝	ごはん みそ汁 ぶ 人赤しいり	ごはん みそ汁 豆腐 チキンポレロ	ごはん みそ汁 大根 ねぎ玉	ごはん みそ汁 かぼちゃ いげんソテー	ごはん みそ汁 白菜 高野豆腐の佃煮	ごはん みそ汁 ねぎ 里芋炒め	ごはん みそ汁 はじめ スクランブルエッグ	
昼	中華丼 わかめスープ サラダ プリン	ごはん 和風スープ 魚の塩焼き メンチカツ ほうろく茸-ごま和久 ジュース	ごはん カレーうどん サラダ 牛乳	ごはん わかめスープ 豚キムチ サラダ ヨーグルト	ごはん すまし汁 すき焼き風煮 温泉たまご プリン	ごはん みそ汁 ミックスフライ カリチリ大根煮 牛乳	ごはん みそ汁 豚肉塩だれ炒め サラダ 牛乳	
夕	ごはん マカロニスープ ポークチップ ハンバーグポテト ブロッコリー-サラダ	ごはん コンソメスープ さきみチゲフライ ナポリタン カリフラワー-マリネ	ごはん ピリ辛丼 中華スープ 温泉たまご サラダ	ごはん たまごスープ 魚のからあげ 台湾まぜそば(和 わかめサラダ)	ごはん 春雨スープ 山芋風からあげ おぼろサラダ にら炒めナムル	ごはん けんちん汁 魚のホイル焼き 春巻き ちくわと野菜の ソテー	ごはん 中華スープ 酢餃子 揚げ餃子 キバツおからマヨ和久	
朝	ごはん みそ汁 わかめ ウインナー	ごはん みそ汁 玉ねぎ 厚手焼き	ごはん みそ汁 小松菜 和風炒め	ごはん みそ汁 じゃが芋 温泉たまご	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	
昼	ごはん 中華スープ 回鍋肉 サラダ プリン	ごはん コンソメスープ 照り焼きハンバーグ スパゲティ ジュース	わかめごはん パプリカ焼きそば 牛乳	マ-ポ-丼 中華スープ サラダ ヨーグルト				
夕	カツカレー サラダ フルーツ	ごはん わかめスープ チーズタッカルビ 春雨サラダ	ごはん たまご汁 魚の西京焼き クリームコロップ おから	ごはん かき揚げ-スープ チキンカツ がんも煮 海鮮サラダ				