

献立表

令和8年 10月

日付	曜日	朝 食	昼 食	夕 食	日付	曜日	朝 食	昼 食	夕 食
1	木	ハムステーキ スライスサラダ 煮し菜と野菜の中華和 みそ汁	チキンソテー カレーコンソメ 山菜と山菜の中華ソテー みそ汁 キャベツのパター醤油ソテー 野菜スープ	のり塩チキンカツ カレーコロッケ 春雨と山菜の中華ソテー みそ汁 キャベツのパター醤油ソテー 野菜スープ	17	土	ハムステーキ 煮し菜たまご みそ汁 ふりかけ	豚ロースベppard焼 ブロッコリーとツナのサラダ ひじき煮 みそ汁 ミルドーナツ	鶏の唐揚げ はなて風味フライ 豚肉と大根のコンソメ煮 春雨サラダ みそ汁
2	金	ロールパン フルーツヨーグルト スクランブルエッグ スティックハッシュドポテト コンソメスープ	ポーグソテー 牛蒡と竹輪の炒め煮 春雨の卵サラダ みそ汁 オレシゼリー	牛蒡 切干のコンソメ煮 桃のゼリー 三角春巻	18	日	ロールパン チキンマトオムレツ ポテトサラダ コンソメスープ オレシ	メンチカツ 大豆サラダ 五目切干大根煮 みそ汁	チキンチャップ 牛蒡マヨサラダ 南瓜の昆布煮 みそ汁
3	土	肉団子ケチャップ和 温厚たまご ふりかけ みそ汁	エビフライ 白身フライ 切干とあけの焼そば風 ちくわの和物 みそ汁	トンカツ ごまごまかつソース ツナマヨきゅうり 鶏のゴマきんぴら みそ汁	19	月	肉団子ケチャップ和 たまごサラダ ふりかけ みそ汁	あぶらめん 線キャベツ イカリングフライ ミニタイヤキ	豚の生焼肉 インゲンとコンニャクのピリ辛炒め キャベツのスープ煮 みそ汁 揚げギョウザ
4	日	ロールパン ベーコンソテー ゆで卵 バナナ コンソメスープ	ビーフカレー サラダ マカロニサラダ 牛肉コロッケ パニナムース	豚ロース焼肉ダレソテー 肉じゃが 切干大根サラダ みそ汁	20	火	ロールパン 炭火焼チキンステーキ ちものヨーグルト添え 野菜スープ	豚丼 たこ焼き みそ汁 ソーダゼリー	鶏唐揚げ シルバーサラダ 蓮根のゴマ金平 みそ汁
5	月	かに玉 トマトソース肉団子 グリーンサラダ のり佃煮 みそ汁	かりかきさき揚げ 帆立クリームコロッケ ひじきと里芋の煮物 みそ汁	牛かきさき揚げ 切干のチンジャオソテー こんにゃくと小海老の煮物 みそ汁 おさつフライ	21	水	鯖塩焼 ひじき煮 納豆 みそ汁	カレーうどん 鶏の唐揚げ 線キャベツ 豆腐ブランチ	あじフライ タルタルソース 高野と椎茸の中華煮 若布とオクラの和物 豚汁
6	火	ロールパン 炭火焼チキンステーキ 焼ポテト ビーフシチュー りんご	煮込みハンバーグ きのこの和風スパゲティ ツナ野菜サラダ コンソメスープ	【特食】 エビフライ チーズハンバーグ キハミのやわらかビーフカツ サラダコンソメスープ	22	木	ハムステーキベppard焼 温厚たまご ふりかけ みそ汁	鶏肉のボン酢漬 ひじきとツナのサラダ 大根とベーコンのコンソメ炒め 野菜スープ	あらびきハンバーグ 温厚おろしダレ マカロニキャロットコンソメ じゃが芋のかか煮 みそ汁
7	水	鯖塩焼 味付もずく サラダ 牛蒡マヨサラダ みそ汁	豚丼 すまし汁 サラダ チコクレープ	チキンステーキ 濃厚おろしダレ キャベツの洋風煮 市松煮 みそ汁	23	金	ツナコンソメ チキンナゲット チキンタタキスパゲティ りんご コンソメスープ	チキンソテー ツナ野菜サラダ チンゲン菜と牛肉のオイスターソース炒め みそ汁	ビーフカレー 線キャベツ フライドポテト 焼きプリンタルト
8	木	相模つくね 納豆 サラダ ヒンパ山菜 ごま風味チゲスープ	タンポポチキン ピーマンソテー スパゲティサラダ みそ汁	豚肉のマヨネーズ炒 マカロニサラダ 切干のコンソメ煮 みそ汁	24	土	お好み焼き 山菜とひんパ 煮いもコロッケ みそ汁	鯖塩焼 はなてん草ごま和 菜いもコロッケ みそ汁	ポーグソテー 切干大根のマヨネーズサラダ 軟荷煮 みそ汁
9	金	ホットケーキ フライチキン ポテトサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	焼きそば サラダ 揚げシューマイ マンゴープリン わかめご飯	ビーフカレー フライドポテト グリーンパフ ライチゼリー	25	日	ロールパン ベーコンソテー グリーンサラダ スティックハッシュドポテト コンソメスープ	豚肉チリソース炒め 焼きそばビーフン 牛蒡マヨサラダ わかめスープ	鶏肉のバジルソース 海の幸マヨスパサラダ 気前煮 みそ汁
10	土	だし巻 ハムステーキ オボロタンスパゲティ ふりかけ みそ汁	塩唐揚げ シルバーサラダ 南瓜とあけの煮付 みそ汁	チーズチキンカツ 3層キノコのクリームコロッケ 和風スパゲティ 春巻 わかめスープ	26	月			
11	日	クロワッサン バナナ 角切のポテトサラダ スティックハッシュドポテト コンソメスープ	ピザソースカツ 切干大根とあけの煮付 皮付き金平ゴボウ みそ汁	豚と牛蒡の味噌煮 里芋の昆布煮 マカロニサラダ みそ汁	27	火			
12	月	炭火焼チキンステーキ 塩唐揚げ みそ汁	鯖塩焼 ちくわの中華スープ煮 竹の子土佐煮 みそ汁	牛肉の中華炒め 春巻 ブロッコリーとツナのサラダ 焼きそばビーフン みそ汁	28	水			
13	火	クロワッサン ベーコンソテー たまごサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	チキンソテー ピリ辛ビーフソテー 四品目サラダ みそ汁	カツオカツ 蓮根の磯風味キンピラ 大根のスープ煮 みそ汁	29	木			
14	水	かき入り玉子焼き ふりかけ サラダ みそ汁	きつねうどん イカリングフライ サラダ はちみつレモンゼリー	豚焼肉 野菜コロッケ 葛切の中華和 白菜と椎茸の味噌煮 みそ汁	30	金			
15	木	豆腐野菜ハンバーグ 線キャベツ スパゲティサラダ みそ汁	お好み焼き 鶏唐揚げ フライドポテト 大豆のサラダ みそ汁	鶏肉の塩こうじ焼 春雨のオニオンサラダ マーボーキャベツ みそ汁	31	土			
16	金	ホットドッグ ポテトサラダ グリーンサラダ チキンナゲット コンソメスープ	豚ニラキムチ 揚げギョウザ 春雨の中華サラダ 中華スープ	牛蒡 牛肉コロッケ みそ汁 栗のムース					