

献立表（令和3年 10月）

日付	曜日	朝食	昼食	夕食	日付	曜日	朝食	昼食	夕食
1	金	パン スクランブルエッグ ロールキャベツスープ 煮 菜の花のからし和 みそ汁	ガイヤーン(タイ風焼鳥) エンドウの胡麻ドレ和 ゴロコロ野菜のキボウ炒め アップルパイ	ラウトウ風ソースハンバーグ むき空豆のガーリック炒め ブロッコリーのマヨネーズサラダ ポトフ	16	土	ゆで卵 ローズハム 角切りポテトサラダ りんご コンソメスープ	SIO唐揚げ 胡瓜の酢物 高野とインゲンのそぼろ煮 みそ汁	回鍋肉 中華春巻 揚げようざ 青梗菜のスープ
2	土	豆腐ハンバーグ黒酢五目あん コーンサラダ 若布としらすの酢物 清し汁 栗ご飯	鶏肉みぞれ煮 胡瓜の酢物 具だくさん炒り鶏 コンソメスープ	イワシしそフライ エビミックスフライ こんにやくサラダ マカロニとマッシュルームのトマト炒め みそ汁	17	日	ホットケーキ 白身フライ ミートオムレツ グリーンサラダ スティックハッシュポテト	ビザソースカツ サラダ みそ汁 チョコクレープ	豚たの甘露煮 里芋の昆布煮 マカロニと胡瓜のサラダ みそ汁
3	日	ビザトースト ローズハム 温野菜 明太子ごぼうサラダ コンソメスープ	塩だれポークソテー こんにやくからし酢味噌和 ごぼうガーリック炒め みそ汁 紅茶のムース	デミグラスロールキャベツ シーフード中華サラダ きのこスパゲティ みそ汁	18	月	チキンステーキ 法蓮草とシラスの和物 ブラウンシチュー フルーツヨーグルト	揚鱈のタイ風ソースかけ ちくわの中華スープ和 筍の煮物 みそ汁	すきやき 温泉たまご みそ汁
4	月	カニかまぼこ ミニ納豆 角切りポテトサラダ オレンジ みそ汁	ビーフメンチカツ シルバーサラダ じゃが芋のへべロンソテー みそ汁	かにクリームコロッケ エビミックスフライ 小松菜のお浸し 南瓜と人参の胡麻まぶし みそ汁	19	火	パン ローズハム 柿 温野菜 コンソメスープ	山賊焼 ピリ辛ビーフソテー 四品目サラダ みそ汁	【特食】 えびフライ 極旨ヒレカツ うま塩竜田揚げ サラダ ミネストローネ
5	火	パン ポークウインナー ブロッコリーとコーンのソテー コンソメスープ	韓国風鶏唐揚 ひじきとあげの煮付 春雨と青梗菜のキムチ煮 みそ汁	豚ロース塩レモンペーパー焼 オクラの胡麻ドレ和 大根と小えびの煮付 野菜スープ	20	水	さけ塩焼き きのこソテー サラダ 味付けめかぶ	ベーコンとほうれん草のへべロンソテー 牛肉コロッケ サラダ	牛カルビ味噌ダレ炒め ビーンズマカロニサラダ 青梗菜とあげの炒め煮 みそ汁
6	水	鯖塩焼 ひじき煮 ゆで卵 みそ汁	チキンボン麺 蒸しシューマイ 棒々鶏サラダ	チンジャオチキン 連根一味マヨサラダ 高野の中華風煮 みそ汁	21	木	豆腐ハンバーグ黒酢五目あん コーンサラダ 皮付き金平ゴボウ みそ汁	れんこんと豚肉のチリソース煮 フライドポテト カニ風味マヨサラダ コンソメスープ	鶏肉の塩こうじ焼 大根のタルタル風サラダ こんにやくと小海老の煮物 みそ汁
7	木	ベーコンソテー 温泉たまご 法蓮草とコーンのソテー ツナサラダ フルーツヨーグルト	チキンソテーきのこかけ 松前煮 切干大根と小海老の煮付 みそ汁	グヤーシユ(牛肉と野菜のバブ(お灸)) いかにドレッシング和 スパゲティナポリタン 野菜スープ	22	金	ロールパン ベーコンソテー スクランブルエッグ かぼちゃサラダ コンソメスープ	ニラもやしマーボー かに玉 春雨の中華風サラダ 青梗菜のスープ おさつりんごパイ	いかな南蛮漬 帆立風フライ くずきりの酢物 チリコンカン みそ汁
8	金	ロールパン ポークウインナー スクランブルエッグ スティックハッシュポテト コンソメスープ	和風子ローク 牛蒡と竹輪の炒め煮 春雨の中華あえ みそ汁 オレンジゼリー	チキンカレー天ぷら チンゲン菜のナムル じゃが芋のスープ煮 みそ汁	23	土	鯖塩焼 茶そば風こんにやくサラダ 温泉たまご サラダ みそ汁	豚肉とシメジのペーパーレモンソテー ブロッコリーとツナのサラダ 菜の花白和 みそ汁	メンチカツ なすといかのマリネ 豚肉と大根のココウま煮 野菜スープ
9	土	メアジ塩焼 肉団子ケチャップ和 スティック野菜 わさび菜のお浸し 清し汁	とんちゃん インゲンとこんにやくの炒め煮 竹輪と若布のぬた みそ汁	ローズトンカツ ごまとんかつソース 胡瓜の酢味噌和 筍とキノコの金平風 みそ汁	24	日	ゴマじゃこトースト ハヤシソース入りオムレツ グリーンサラダ スナックチキン コンソメスープ	マカロニのから風味竜田揚 大豆ドレッシングサラダ スパゲティナポリタン ダブルブッシュ	チキンチャップ グリーンアスパラのソテー 南瓜の昆布煮 みそ汁
10	日	パン ローズハム 野菜ソテー ツナサラダ バナナ	ビーフカレー サラダ マカロニサラダ 牛肉コロッケ バナナムース	鯉のレムレードソース焼 肉じゃが 菜の花の和物 野菜スープ	25	月	チキンステーキ ポテトサラダ みそ汁 フルーツヨーグルト	牛肉コロッケ 北海道産コク旨チーズコロッケ アスパラごまサラダ 炒り鶏 みそ汁	豚の生姜焼 北豆腐 青梗菜のさっぱりサラダ みそ汁
11	月	ローズハム 仔アジソース入りオムレツ グリーンサラダ エンドウとコーンのソテー コンソメスープ	かりかりさき揚げ 帆立クリミーコロッケ こんにやくサラダ ひじきと里芋の煮付 みそ汁	牛カルビ味噌ダレ炒め こんにやくじゃこ煮 切干のチンジャオソテー みそ汁	26	火	パン ローズハム 柿 明太子ごぼうサラダ コンソメスープ	温野菜と茹で豚のサラダ 肉入りコロッケ スナッフエンドウマヨネーズ和 みそ汁	とり天ぷら 白菜とハムのドレッシングサラダ 里芋とブロッコリーのそぼろ煮 みそ汁
12	火	ロールパン ハムステーキ 焼ポテト きのこソテー ミートボールのシチュー	煮込みハンバーグ 茄子と南瓜の洋風炒め煮 ツナ・野菜サラダ コンソメスープ	豚肉香草焼 肉コロッケ 枝豆と若布のクリーム和 みそ汁	27	水	鯖塩焼き ひじき煮 味付けめかぶ	カレーうどん おにぎり 鶏の唐揚 サラダ	メンチカツ煮 大根の和風ドレし和 胡瓜の酢物 みそ汁
13	水	あじ塩焼き サラダ 茄子とツナの炒め煮 みそ汁	牛丼 サクリメンチカツ コーンサラダ	鶏のきのこクリームかけ 南瓜のトマト煮 シルバーサラダ	28	木	豆腐ハンバーグ黒酢五目あん 皮付き金平ゴボウ	鶏肉のボン酢漬 ひじき豆と水菜の和サラダ 大根とベーコンのコンソメ炒め 野菜スープ	マカロニのエスカパーージュ風 春雨サラダ 高野の塩生姜煮 わかめスープ
14	木	だし巻き 味付けもずく サラダ オクラとなめこの和物 すまし汁	チキン南蛮 2色ビーマンソテー ハンバーグサラダ みそ汁	メアジの蒲焼風 豚串カツ ブロッコリー・マカロニサラダ 大根とビーマンの胡麻炒め煮 みそ汁	29	金	パン ベーコンソテー スクランブルエッグ かぼちゃサラダ コンソメスープ	豚オイスター焼 ツナ・野菜サラダ 青梗菜と牛肉のオイスターソース炒め 清し汁 豆乳ブラマンジェ	牛カルビ塩ダレ炒め こんにやく梅味噌和 ごぼうの味噌煮 みそ汁
15	金	パン ベーコンソテー ポテトサラダ イカのカレーソテー コンソメスープ	八宝菜 中華風とり竜田揚 蒸しシューマイ わかめスープ マンゴプリン	天ぷら盛り合わせ わかめの生姜酢和 肉じゃが みそ汁	30	土	鯖塩焼 茶そば風こんにやくサラダ 温泉たまご サラダ みそ汁	秋色中華炒め 白菜のごま和 みそ汁	焼餅の玉葱おろしソースかけ 切干大根のマヨネーズサラダ 鞍馬煮 みそ汁
					31	日	ツナコーントースト ハヤシソース入りオムレツ グリーンサラダ スナックチキン コンソメスープ	黒酢豚 ビーフンサラダ 揚餃子 ニラ入り卵スープ 焼きプリンタルト	鶏唐揚菜味ソース 海の幸マヨスパサラダ 市松煮 みそ汁

※ 都合により献立を変更する場合があります。