

献立表 (令和4年 10月)

日付	曜日	朝食	昼食	夕食	日付	曜日	朝食	昼食	夕食
1	土	鯖の香味照焼 コーンサラダ 若布としらすの酢物 すまし汁 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	トンテキ 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	16	日	ホットケーキ 白身フライ ミートオムレツ ハッシュドポテト コンソメスープ	ピザソースカツ まめまめサラダ みそ汁 チョコクレープ	豚と彩り野菜の甘辛和 里芋の昆布煮 マカロニと胡瓜のサラダ みそ汁
2	日	ビザトースト ハムステーキ 温野菜 明太子ごぼうサラダ コンソメスープ	オリーブ豚の挽肉カツ イカリングフライ 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	デミグラスロールキャベツ きのこスパゲティ シーフード中華サラダ ジャーマンポテト みそ汁	17	月	チキンステーキ ミートオムレツ 塩麹きんぴら みそ汁 フルーツヨーグルト	揚鯖のタイ風ソースかけ さくわの中華スープ和 筍の煮物 みそ汁	牛肉の中華炒め さくわとりんごのサラダ 高菜入りビーフソテー みそ汁
3	月	カニかまぼこ ミニ納豆 角切りポテトサラダ オレシ 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	18	火	パン ロースハム ゆで卵 柿 コンソメスープ	山賊焼き ピリ辛ビーフソテー 四目目サラダ みそ汁	かつおカツ きのこパスタサラダ 筍の山椒炒め みそ汁
4	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 ひじきとあけの煮付 春雨と青梗菜のキムチ煮 みそ汁	豚ロース塩レモンハッピー焼 オクラの胡麻ドレ和 大根と小えびの煮付 野菜スープ	19	水	プチエビグラタン たこ焼き サラダ 大豆もやしの塩だれナムル みそ汁	ベーコンと法蓮草のへべロンソテー 牛肉コロッケ サラダ	甘辛豚から揚げ ビーンズマカロニサラダ チンゲン菜とあけの炒め煮 みそ汁
5	水	鯖塩焼 ひじき煮 ゆで卵 みそ汁	チャンポン麺 蒸しシューマイ 棒々鶏サラダ	デンジャオチキン 蓮根一味マヨサラダ 高野の中華風煮 みそ汁	20	木	豆腐ハンバーグ 黒酢五目あん スパサラダ 味付めかぶ みそ汁	蓮根と豚肉のナリソース煮 フライドポテト カニ風味マヨサラダ コンソメスープ	鶏肉の塩こうじ焼き ぼた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
6	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(牛肉と野菜のババリア 煮) 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	21	金	ロールパン ベーコンソテー 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 アップルパイ	いか南蛮漬け はたて風味フライ くずきりの酢物 チリコンカン みそ汁
7	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ドポテト コンソメスープ	和風チリポーク 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	22	土	鯖塩焼き 炭付き金平ごぼう 温泉たまご みそ汁	豚肉とシメジの ハッピーレモンソテー ブロッコリーとツナのサラダ 菜の花白和え みそ汁	鶏竜田揚げ なすといかのマリネ 豚肉と大根のこくうま煮 野菜スープ
8	土	鯖塩焼 肉団子ケチャップ和 わさび菜のお浸し みそ汁	とんちやん インゲンとコニャクの炒め煮 竹輪と若布のぬた みそ汁	ローストンカツ 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	23	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	カジキのステーキカツ 大豆ドレッシングサラダ スパゲティナポリタン ダブルブチシュー	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
9	日	パン ロースハム 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 パニナムース	鯖のレムレドソース焼 肉じゃが 菜の花の和物 野菜スープ	24	月	ミニ納豆 肉団子ケチャップ和 オクラとなめこの和物 みそ汁	牛肉コロッケ 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 煮豆 青梗菜のさっぱりサラダ みそ汁
10	月	ロースハム イカリ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	かりかりさきみ揚げ 帆立クリーミーコロッケ ハニーマスタードサラダ ひじきと里芋の煮付 みそ汁	牛カルビ味噌だれ炒め こんにやくじゃこ煮 切干のチンジャオソテー みそ汁	25	火	パン チキンステーキ 小松菜の煮浸し 野菜スープ	温野菜と茹で豚のサラダ 肉入りコロッケ スナックエンドウマヨネーズ和 みそ汁	とり天ぷら インゲンと卵の和物 里芋とブロッコリーのそぼろ煮 みそ汁
11	火	ロールパン ハムステーキ 焼きポテト 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 なすと南瓜の洋風炒め煮 ツナ・野菜サラダ コンソメスープ	豚肉香草焼き 肉コロッケ 枝豆と若布のクリーム和 みそ汁	26	水	さけ塩焼き ひじき煮 味付めかぶ みそ汁	カレーうどん おにぎり 鶏の唐揚 サラダ	メンチカツ煮 大根の和風ドレ和 胡瓜の酢物 みそ汁
12	水	鯖塩焼 サラダ なすとツナの炒め煮 みそ汁	牛井 さっりめんチカツ コーンサラダ	鶏のきのこクリームかけ なすとベーコンのスパ 栗入り中華炒め	27	木	ハムステーキベッパ焼 ゆで卵 ポテトサラダ 味付とろろ みそ汁	鶏肉のボン酢漬 ひじきと水菜の和サラダ 大根とベーコンのコンソメ炒め 野菜スープ	【特食】 えびフライ 極旨しレカツ うま塩竜田揚げ サラダ ミネストローネ
13	木	イカチヂミ 塩昆布ピーマン 味付もずく サラダ ピビンパ山菜	チキン南蛮 ビーフソテー ハンブキンサラダ みそ汁	豚蒲焼きの山椒風味 大根と若布のピリ辛漬 マカロニのカレーマヨ和 みそ汁	28	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	牛カルビ塩だれ炒め こんにやく梅味噌和 牛蒡の味噌煮 みそ汁
14	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 中華風とり竜田揚げ 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 抹茶塩 ひじきとあけの煮付け 筍の土佐煮 みそ汁	29	土	イカチヂミ 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 なすのトマト煮込み みそ汁	焼鯖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
15	土	ゆで卵 ロースハム 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 高野といんげんのそぼろ煮 みそ汁	回鍋肉 中華春巻き 揚げきょうざ 青梗菜のスープ	30	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 焼ホト 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	鶏唐揚薬味ソース 海の幸マヨネーズサラダ 市松煮 みそ汁
					31	月	ゆで卵 肉団子ケチャップ和 角切りポテトサラダ フルーツカクテル コンソメスープ	山賊焼 マカロニ風味サラダ 大根と刻み揚げのピリ辛炒め みそ汁	エビフライ うま塩牛タンコロッケ きのこパスタサラダ けんちん煮 みそ汁

※ 都合により献立を変更する場合があります。