

献立表

令和7年 10月

日付	曜日	朝食	昼食	夕食	日付	曜日	朝食	昼食	夕食
1	水	あらびきハンバーグ 胡瓜の酢味噌和 厚揚げたまご みそ汁	チャンポン麺 香巻 ストロベリーゼリー	鶏肉生焼肉 牛蒡のコーンマヨ和 高野の卵とじ風 みそ汁	17	金	ウィンナーチーズトースト サラダ グリーンサラダ チキンナゲット コンソメスープ	豚バラキムチ 揚げキョウザ 春雨の中巻サラダ みそ汁	牛丼 鶏の唐揚げ みそ汁 栗のムース
2	木	ハムステーキ スパサラダ 煮し菜と野菜の中巻和 みそ汁	チキンソテー れんこん辛子マヨネーズ和 山菜スパゲティ みそ汁	のり電子キンカツ カレーコロッケ いかのフレッシュング和 パン糸のミートソース煮 野菜スープ	18	土	ハムステーキ 皮付き金平ゴボウ 温泉たまご みそ汁	豚ロースペーパー焼 ブロッコリーとツナのサラダ ほうれん草白和 ミルクポーンツ	鶏の唐揚げ はたて風味フライ 豚肉と大根のゴクウま煮 香巻とえびのカレースープ
3	金	ロールパン マーメイド 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	ポークソテー 牛蒡と竹輪の炒め煮 春雨の豚サラダ みそ汁	牛蒡 さくらげゴマ昆布 練のゼリー 三角香巻 みそ汁	19	日	ロールパン カップグラタン グリーンサラダ チキントマトオムレツ コンソメスープ	メンチカツ 豆サラダ スパゲティ ポリタン みそ汁	チキンチャップ 梅肉マヨネーズサラダ 梅肉の唐揚げ みそ汁
4	土	肉団子ケチャップ和 温泉たまご みそ汁	とんちやん 切干とあげの焼きそば風 ちくわの和物 みそ汁	トンカツ ごまとんかつソース ツナマヨきゅうり 竜のゴマきんぴら みそ汁	20	月	肉団子ケチャップ和 タマゴサラダ 味噌もすく みそ汁	サーモンフライ イカリングフライ キャベツの胡麻サラダ みそ汁 蜜柑高菜炒め みそ汁	豚の生焼肉 枝豆の生醤油油漬 マカロニサラダ みそ汁 揚げキョウザ
5	日	パン ベーコンソテー ゆで卵 ツナサラダ バナナ	ビーフカレー サラダ マカロニサラダ 牛蒡コロッケ パニラムース	豚ロース焼肉ダレソテー 肉じゃが マカロニと小エビのお浸し みそ汁	21	火	ロールパン 炭火焼チキンステーキ ちものヨーグルト湯え 野菜スープ	豚丼 たこ焼 みそ汁 ソーダゼリー	とりの天ぷら いんげんと豚の和物 蓮子とブロッコリーのそば煮 みそ汁
6	月	トマトソース肉団子 グリルサラダ のり佃煮 みそ汁	かりかりさきみ揚げ 鉄板グリルマカロニコロッケ ひじきと蓮子の煮付 みそ汁	牛カルビ野菜炒め れんこんサラダ 切干のチンジャオソテー みそ汁 おさつフライ	22	水	鯖塩焼 ひじき煮 納豆 みそ汁	カレーうどん 鶏の唐揚げ サラダ 豆乳ブラマンジェ	さくらのメンチカツ 大根の和風しし和 胡瓜の酢味噌 みそ汁
7	火	ロールパン 炭火焼チキンステーキ 焼ポテト ピーマンシチュー りんご	煮込みハンバーグ 巻のこの和風スパゲティ ツナ野菜サラダ コンソメスープ	豚肉のマヨネーズ炒 胡瓜しいかの酢物 枝豆と若布のクリーム和 みそ汁 ちくわカレー天ぷら	23	木	ハムステーキペーパー焼 温泉たまご 野菜昆布 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	ハンバーグデミソースかけ なすとベーコンのスパゲティ 巻とキノコの中巻炒め みそ汁
8	水	鯖塩焼 味噌もすく サラダ 牛蒡マヨサラダ みそ汁	豚丼 すまし汁 サラダ チョコグループ	チキンステーキ 蜜柑チリソース煮 切干のそば煮生焼肉 みそ汁	24	金	ツナコーントースト チキントマトオムレツ ナポリタンスパゲティ 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 焼きプリンタルト サラダ
9	木	粗挽つくね 納豆 サラダ ピビンバ山菜 ごま風味チクスープ	カブドリーチキン ビーフソテー スパゲティサラダ みそ汁	【朝食】 えびフライ 焼豚カツ 牛ハラミのやわらかビーフカツ サラダ・コンソクリームスープ	25	土	お好み焼き 山菜ピリッパ サラダ みそ汁 りんご	鯖塩焼 ほうれん草ごま和 なすのマリネ みそ汁	ポークソテー 切干大根のマヨネーズサラダ 枝煎煮 みそ汁
10	金	ホットケーキ チキンフィレ南蛮 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 焼シユーマイ マンゴープリン わかめご飯	ビーフカレー ライチゼリー サラダ	26	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	豚肉リソース炒め 焼きそば風ビーフン 揚げキョウザ たまごスープ	鶏肉のバルサミソース 海の幸マヨスパサラダ 市松煮 みそ汁
11	土	だし巻 ハムステーキ 肉切ポテトサラダ みそ汁	塩唐揚げ 胡瓜の酢物 高野巻 みそ汁	ジャンボチキンカツ 和風スパソテー 香巻 揚げキョウザ わかめスープ	27	月			
12	日	クロワッサン ビーナツクリーム バナナ ナポリタンスパゲティ スティックハッシュドポテト	ピザソースカツ 切干大根とあげの煮付 茄子の子リソース煮 みそ汁	豚と彩り野菜の旨辛和 蓮子の昆布煮 マカロニのトマト炒め みそ汁	28	火			
13	月	炭火焼チキンステーキ コールスロー 塩麹きんぴら みそ汁	鯖塩焼 ちくわの中巻スープ和 種の煮物 みそ汁	牛肉の中巻炒め さつま芋とツナのサラダ 焼きそばビーフン みそ汁 香巻	29	水			
14	火	クロワッサン ベーコンソテー タマゴサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	鶏肉のチーズ焼 ビーフソテー 四角目サラダ みそ汁	カツオカツ 巻のバスタサラダ 巻の山椒炒め みそ汁	30	木			
15	水	カニ入り玉子焼き 納豆 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 大根と若布のピリ辛漬 マカロニのフレッシュングサラダ みそ汁 野菜コロッケ	31	金			
16	木	豆腐野菜ハンバーグ スパゲティサラダ 味噌もすく みそ汁	お好み焼き 大豆マヨサラダ ポテト みそ汁	鶏肉の塩こうじ焼 ツナ野菜サラダ ポテト ごんにゃくと小海老の煮物 みそ汁					