













予定献立表

令和 6年 10月 11日 ~ 令和 6年 10月 20日

日	朝食	昼食	夕食
11(金)	ごはん みそ汁 青菜のじゃこ炒め 佃煮 牛乳 	ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 豆乳汁 カニサラダ フルーツ 	ごはん たら卵とじ 大根の味噌かけ ユカリ和え 
12(土)	ごはん みそ汁 洋風野菜の炒め煮 佃煮 牛乳 	ごはん 豆腐ハンバーグ ポテトグラタン グリーンサラダ フルーツ 	ごはん 青椒肉絲 カニ豆腐 伴三絲 
13(日)	ごはん みそ汁 南瓜ソテー ふりかけ 牛乳 	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 田舎汁 和風サラダ フルーツ 	ごはん 関東煮 小松菜と豚肉のソテー 玉子豆腐 
 14(月)	ごはん みそ汁 白菜の炒め煮 ふりかけ コア・コア 	ごはん スパニッシュオムレツ キャベツのスープ 大根サラダ フルーツ 	ごはん 鯖の照り焼き 生揚げの煮物 長芋のあえ物 
15(火)	ごはん みそ汁 野菜のソテー 佃煮 牛乳 	ごはん てんぷら みそ汁 白菜のお浸し フルーツ 	ごはん 鶏のクリーム煮 糸切昆布煮つけ トマトサラダ 
16(水)	ごはん みそ汁 はんぺんの卵とじ 佃煮 牛乳 	木の子そば(代替えは麩の卵とじ) 焼きおにぎり 切干大根の酢の物 デザートムース 	ごはん 鯖のカレームニエル ふきの炒め煮 カリフラワーのサラダ 
17(木)	ごはん みそ汁 麩のすき煮 ふりかけ 乳酸菌飲料 	ごはん 豚肉の味噌漬け焼き 玉子スープ 五色和え フルーツ 	ごはん ジャガイモのそぼろ煮 揚げ出し豆腐のあんかけ キャベツの和風和え 
18(金)	ごはん みそ汁 青菜の炒め物 佃煮 牛乳 	ちらし寿司(代替えは鮭の柚香焼き) すまし汁 大根のくず煮 イチゴプリン 	ごはん ロールキャベツ 五目金平 さつまいもサラダ 
19(土)	ごはん みそ汁 厚あげの煮物 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鶏の彩りピカタ ポトフスープ 海草サラダ フルーツ 	ごはん カレーの煮つけ もやしのゴマ油炒め みぞれ和え 
20(日)	ごはん みそ汁 ブロッコリーのソテー ふりかけ 牛乳 	ごはん ぎせい豆腐 野菜のくず椀 アスパラの味噌和え フルーツ 	ごはん 八宝菜 肉団子 春雨サラダ 