



2024年10月 献立表



	1日 火	2日 水	3日 木	4日 金	5日 土
【ユニット 開設記念メニュー】	赤飯 赤魚の西京焼き 高野豆腐と茄子の煮物 ほうれん草の和え物 清汁 抹茶ゼリー	ご飯 揚げ豆腐のそぼろあんかけ 無水里芋の胡麻味噌 大根サラダ かきたま汁 パイナップル	チキンカレー	ご飯 鯖のバター醤油焼き 春菊としめじの煮まし 三色豆 味噌汁 洋梨缶	ご飯 デミグラスハンバーグ キャベツのペペロンチーノ炒め カリフラワーサラダ コンソメスープ コーヒゼリー
	エネルギー480Kcal	エネルギー638Kcal	エネルギー782Kcal	エネルギー539Kcal	エネルギー654Kcal
おやつ	イチゴスペシャル	オレンジゼリー	もみじ饅頭	チョコ パウンドケーキ	塩饅頭
	エネルギー167Kcal	エネルギー35Kcal	エネルギー107Kcal	エネルギー78Kcal	エネルギー66Kcal

	7日 月	8日 火	9日 水	10日 木	11日 金	12日 土
昼食	牛丼 南瓜の甘煮 ほうれん草の和え物 味噌汁 カルピスゼリー	ご飯 鱈の焼おろし煮 無水里芋の煮物 キャベツのわさび和え 味噌汁 白桃缶	ご飯 豚肉と秋野菜の甘酢あんかけ ブロッコリーのソテー 木耳と春雨の中華和え 味噌汁 フルーツミックス缶	【誕生会メニュー】 巻き寿司 茶碗蒸し 揚げ出し豆腐 ほうれん草の和え物 味噌汁 オレンジ	【誕生会メニュー】 巻き寿司 茶碗蒸し 揚げ出し豆腐 ほうれん草の和え物 味噌汁 オレンジ	ご飯 和風スパニッシュオムレツ 玉ねぎコロッケ もやしのゴマ酢和え 清汁 水羊羹
	エネルギー606Kcal	エネルギー500Kcal	エネルギー660Kcal	エネルギー638Kcal	エネルギー638Kcal	エネルギー658Kcal
おやつ	カステラ	バナナミルクプリン	黒糖饅頭	マロンケーキ	マロンケーキ	今川焼き
	エネルギー83Kcal	エネルギー56Kcal	エネルギー70Kcal	エネルギー121Kcal	エネルギー121Kcal	エネルギー91Kcal

	14日 月	15日 火	16日 水	17日 木	18日 金	19日 土
昼食	ご飯 鱈の焼き浸し 蓮根の炒め煮 いんげんのピーナッツ和え 味噌汁 りんご缶	かつ丼 アスパラのそぼろ炒め オクラの胡麻ドレ和え 清汁 オレンジゼリー	ご飯 鱈の旨だしあんかけ 茄子ときのこのバター醤油炒め 小松菜の和え物 味噌汁 洋梨缶	ご飯 カレイのムニエルクリームソース～ ポテトとベーコンのソテー キャベツのサラダ オニオンスープ キウイ	赤かぶ青菜ごはん 肉うどん ちくわの磯辺揚げ 胡瓜の胡麻酢和え いちごムース	ご飯 豆腐の肉味噌かけ 小松菜の中華炒め 大根とわかめの土佐和え 清汁 フルーツミックス缶
	エネルギー500Kcal	エネルギー651Kcal	エネルギー474Kcal	エネルギー544Kcal	エネルギー656Kcal	エネルギー610Kcal
おやつ	和のパンケーキ (きなこ&黒糖)	ロールケーキ (チョコ)	苺ミルクプリン	ドームケーキ (こしあん)	【おやつレク】 さつまいも蒸しパン	【おやつレク】 さつまいも蒸しパン
	エネルギー55Kcal	エネルギー95Kcal	エネルギー58Kcal	エネルギー106Kcal		

	21日 月	22日 火	23日 水	24日 木	25日 金	26日 土
昼食	【兵庫県うまいもん旅】 カニカマの巻き寿司	ご飯 豚バラ大根 茄子の中華風炒め ブロッコリーの塩昆布和え かきたま汁 マンゴー缶	ご飯 鶏肉のねぎ塩レモン 無水大豆五目煮 いんげんの胡麻和え 味噌汁 ぶどうゼリー	ご飯 ぶりのグリル～香味ソース～ 青梗菜の炒め物 大根とツナのサラダ 味噌汁 パイナップル	豚玉丼 竹輪と糸昆布の炒め煮 胡瓜の酢の物 味噌汁 メロンムース	ご飯 カレイの中華蒸し～えのきあん～ 蓮根の炒め煮 おくらのみめ茸和え 味噌汁 りんご缶
	エネルギー465Kcal	エネルギー636Kcal	エネルギー609Kcal	エネルギー550Kcal	エネルギー604Kcal	エネルギー469Kcal
おやつ	ミニパンケーキ (メープル)	いちごゼリー	利休饅頭	チーズ蒸しケーキ	どらやき	パンケーキ
	エネルギー65Kcal	エネルギー36Kcal	エネルギー70Kcal	エネルギー127Kcal	エネルギー142Kcal	エネルギー147Kcal

	28日 月	29日 火	30日 水	31日 木
昼食	ご飯 豚肉と野菜のピリ辛塩炒め さつまいものレモン煮 白菜と胡瓜の甘酢和え 味噌汁 キウイ	ご飯 鯖の味噌煮 揚げなすの炒め煮 キャベツの浅漬け風 清汁 ピーチゼリー	ご飯 かに玉風 小松菜とベーコンの中華炒め もやしの中華和え 中華スープ ヨーグルト	レーズンロール 秋ナスのミートスパゲッティ
	エネルギー560Kcal	エネルギー646Kcal	エネルギー539Kcal	エネルギー723Kcal
おやつ	プチケーキ	ミルク饅頭	ドームケーキ (カスタード)	マスカットゼリー
	エネルギー92Kcal	エネルギー57Kcal	エネルギー102Kcal	エネルギー36Kcal

お知らせ! 🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃

☆10/10.11
誕生会「巻き寿司、揚げ出し豆腐など」
おやつは「マロンケーキ」です。

☆10/18.19
おやつレク「さつまいもパン」を作ります。

☆10/21
兵庫県うまいもん旅⑩～香美町～
「カニカマの巻き寿司」など

※状況により献立を変更することがございますが、ご了承ください。 🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃