

昼食

献立表

				1(木)	2(金)	3(土)
				ご飯	ご飯	ご飯
				大根の含め煮の肉そぼろ掛け	豚かつ	さわらの塩焼き
				ツナと野菜の山葵マヨ	小松菜と油揚げの煮浸し	厚揚げの生姜煮
				ほうれん草のお浸し	蓮根とちくわの炒め物	若布とかにかまの和え物
				味噌汁	味噌汁	味噌汁
4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
さばの味噌煮	豚肉とトマトのカレー生姜焼き	ほっけの塩焼き	豚肉のしゃぶしゃぶ風	鮭のハニーマスタード焼き	造り盛り合わせ	野菜炒め(牛肉)
いんげんの胡麻和え	いんげんのピーナッツ和え	玉子豆腐	ちんげん菜の煮浸し	がんもどきの煮物	平天の煮物	切り干し大根煮
高野豆腐の煮物	白オとベーコンのコンソメ煮	小柱と長芋の酢味噌掛け	糸こんにゃくの炒り明太和え	白オの青じそサラダ	山菜の甘味噌和え	ほうれん草の和え物
すまし汁	味噌汁	すまし汁	味噌汁	すまし汁	味噌汁	味噌汁
11(日)	12(月) スポーツの日	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
鶏肉の塩焼き	天婦羅盛り合わせ	海老チリ・マヨ	メバルのみぞれ煮	カレー	牛肉と玉葱の旨煮	たらの味噌幽庵焼き
スパゲッティサラダ	青梗菜のお浸し	しゅうまい	ぜんまいとこんにゃくの炒め煮	小松菜のサラダ	胡瓜と若布の酢の物	里芋の含め煮
小松菜の胡麻和え	もずく酢	ポテトサラダ	水菜の胡麻辛子和え	温泉玉子	山菜の白和え	ひじきと大豆の煮物
すまし汁	すまし汁	スープ	味噌汁		味噌汁	すまし汁
18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	栗御飯	ご飯	ご飯
チキン南蛮	鶏と野菜の蒸し物	びんちょうマグロの甘酢餡かけ	コロッケ	茄子の田舎煮	シルバーの西京焼き	肉じゃが(牛肉)
厚揚げの生姜醤油和え	豆腐サラダ	茄子の甘辛炒め	がんもどきの含め煮	切り干し大根のゆかり和え	ちんげん菜のオイスター和え	三つ葉と油揚げの味噌ネーズ和え
しろ菜の酢味噌掛け	にら玉子	春雨サラダ	もやしと人参のナムル	魚の南蛮漬け	玉子豆腐	白オのなめ茸和え
味噌汁	味噌汁	中華スープ	味噌汁	細うどん	すまし汁	味噌汁
25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
秋祭り イベント食	ご飯	パン	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	コロッケ	クリームシチュー	赤魚の照り焼き	ハンバーグ	かれいの煮付け	鶏肉の唐揚げ
	ほうれん草のピーナッツ和え	マカロニオムレツ風	揚げ茄子のとろろ掛け	木の子のナムル	ちんげん菜と木の子の和え物	しろ菜の煮浸し
	茄子の田舎煮	小松菜とハムのサラダ	カリフラワーとえのき茸の酢の物	野菜サラダ	里芋の磯辺和え	めかぶポン酢
	味噌汁		味噌汁	スープ	味噌汁	味噌汁