

予定献立一覧表											
常食			2025年10月1日(水)		～		2025年10月31日(金)				
	1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	
朝	御飯 インゲンとサの炒め煮 金時豆 味噌汁(アサリ) 牛乳200ml	パン オムレツ(具)※ カリフラワーが ポタージュスープ 牛乳200ml	御飯 大根とつみれの煮物 鮭フレーク 味噌汁(里芋) 牛乳200ml	パン ウィンナーのコンソメ煮 マカロニサラダ 牛乳200ml	御飯 五目厚焼き玉子※ 大根と薩摩揚げの煮物 味噌汁(アサリ・青葱) 牛乳200ml	御飯 豆腐ハンバーグ ビーマンの塩昆布和え 味噌汁(大根・葉) 牛乳200ml	パン ポークビーンズ※ ポテトサラダ 牛乳200ml	御飯 がんもの煮物※ 昆布と大豆の煮もの 味噌汁(半・ハ) 牛乳200ml	パン ポトフ フルーツ(みかん) 牛乳200ml	御飯 野菜つみれの煮物 椎茸と昆布炒め煮 味噌汁(アサリ) 牛乳200ml	
昼	御飯 厚揚げと豚肉味噌炒め E団子の煮物 長芋とおくら梅和え 清汁(舞茸・ミツ)	御飯 海鮮野菜炒め 春雨サラダ フルーツ(ハ・ミ) 卵と葱の中華スープ	御飯 鰯の焼き南蛮漬け さつま芋の甘煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁(若布・じゃ)	御飯 豚肉の生姜炒め 冬瓜の水晶煮 なすのポン酢かけ 味噌汁(豆腐・ねぎ)	御飯 カレイのタルタル焼き 高野豆腐の煮物 フルーツ・グルト 味噌汁(なめこ・麩)	御飯 チンとチーズのオムレツ キャベツサラダ ブドウゼリー コンソメスープ(カ・オ)	御飯 青椒牛肉絲 青菜のナムル 杏仁ムース ワンタンスープ	五目炊き込みご飯 秋刀魚の塩焼き さつま芋の煮物 柿なます きのこ汁	御飯 チキンカレー 和風マカロニサラダ ベリームース	御飯 麻婆なす えび焼売 野菜とわか和え物 春雨スープ	
間	いちごババロア	上用饅頭(白)	マドレーヌ	ロールケーキ	チーズケーキ	チョコレートババロア	今川焼(カスタード)	水まんじゅう	焼きドーナツ(イチゴ)	黒糖蒸しケーキ	
タ	御飯 鰯の塩焼き 金平ごぼう さつま芋サラダ 味噌汁(にら・玉葱)	御飯 牛肉と白滝の煮物 卵の花 小松菜のおかか和え 味噌汁(タ・イ・葉)	御飯 鶏肉のピカタ きのことベーコンソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ(キャ・タマ)	御飯 鰯の照り焼き ひじきの煮物 白菜のごま和え 味噌汁(ほう・玉)	御飯 牛肉の柳川風 じゃが芋の炒め インゲンのピーナツ和え 清汁(トロ・葉)	御飯 赤魚の柚子風味焼き 里芋の煮ころがし もやしの和え物 味噌汁(小松・油)	御飯 鰯の生姜焼き カブとE団子の煮物 かぶの浅漬け 清汁(麩・しめじ)	御飯 牛肉としその味噌炒め 厚揚げの煮物 かぶの浅漬け 清汁(かまぼこ・葱)	御飯 鰯の塩焼き 昆布の炒め煮 かぶの浅漬け 味噌汁(キャ・えの)	御飯 ぎせい豆腐あんかけ れんこん金平 ほうれん草の海苔和え 味噌汁(かぼ・白)	
	11(土)	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)	20(月)	
朝	パン 白菜のミルク煮 タマゴサラダ 牛乳200ml	御飯 野菜の炒め物※ 金時豆 味噌汁(オクラ・油揚げ) 牛乳200ml	御飯 はんぺんの卵とじ 大豆ボールの野菜あん 味噌汁(アサリ・葱) 牛乳200ml	パン グラタン ※ ごぼうサラダ※ コンソメスープ(オ・コン) 牛乳200ml	御飯 インゲンの炒め煮 納豆 味噌汁(じゃ・葱) 牛乳200ml	パン 野菜とベーコンのソテー フルーツ(みかん) コーンスープ 牛乳200ml	御飯 目玉焼き※ 小松菜のそぼろ炒め 味噌汁(サマイ・ネ) 牛乳200ml	パン ポタージュ煮 ポテトサラダ 牛乳200ml	御飯 五目厚焼き玉子※ インゲンとハムの炒め物 味噌汁(えのき・ふ) 牛乳200ml	御飯 鮭バーグ※ 小松菜のお浸し 味噌汁(しめじ) 牛乳200ml	
昼	御飯 カレイの磯風味焼き ハとひき肉の炒め 野菜の浅漬け けんちん汁	御飯 牛肉の甘辛炒め ひじきの煮物 柑橘ゼリー 味噌汁(じゃが・ネ)	御飯 赤魚の甘酢あんかけ ほうれん草の煮浸し れんこんサラダ 味噌汁(さつま・葱)	ゆかりごはん 五目玉子焼き 高野豆腐の煮物 母とりんごのゼリー 味噌汁(里芋・小松)	ビビンバ丼【韓国】 蒸鶏のザーサイ和え いちご杏仁 わかめスープ	御飯 さわらの煮付け キャベツとベーコンの炒め 大根の帆立マヨ和え 清汁(麩・ミツ)	あんかけ焼きそば 餃子 やわらか白玉フルーツ	御飯 鰯の西京焼き 里芋の煮ころがし ねばねば和え 清汁(豆腐・葱)	御飯 タンドリーチキン スパゲティサラダ フルーツ(バナナ) トマトスープ	御飯 鮭のチーズパン粉焼 きゃべつのサラダ フルーツ(みかん・リン) 豆乳スープ	
間	梅ようかん	ドームケーキ チョコ	プチケーキ	クレープ(バナナ)	たい焼き	どらやき	キャラメルプリン	バームクーヘン	水まんじゅう(柚)	ドームケーキ	
タ	御飯 鶏肉のチーズ焼き 小松菜の煮浸し ブロッコリーの汁和え 味噌汁(麩・玉)	御飯 鰯の塩こうじ焼き サマ芋とリンゴの甘煮 おくらのはなみけ和え 清汁(あさり・みつ)	御飯 回鍋肉 エビニラ饅頭 マンゴープリン 中華スープ(チ・コン)	御飯 鰯のカレー風味焼き なすとビーマンの炒め ブロッコリーの胡麻和え 清汁(かぶ)	御飯 カレイの柚子香味焼き かぼちゃサラダ 白菜の梅しそ和え 味噌汁(なめこ・豆腐)	御飯 ビーフカレー もやしの青海苔和え ももヨーグルト	御飯 鰯の塩焼き 信田煮 豆の白和え 清汁(舞茸・葱)	御飯 豚肉のきのこ炒め サマ芋のレモン煮 もやしと鶏の柚子和え 味噌汁(ネ・タマ)	御飯 鰯の照り焼き 大豆の五目煮 長芋梅おかか和え 味噌汁(わかめ・高野)	御飯 厚揚げと豚肉の炒め 里芋の味噌煮 大根とネの和え物 清汁(麩・ミツ)	
	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)
朝	パン えびグラタン 温野菜サラダ コンソメスープ(白菜・ハ) 牛乳200ml	御飯 赤魚の味噌醤油焼き 昆布と大豆の煮物 味噌汁(豆腐・ワカメ) 牛乳200ml	パン ※ポトフ(トマト) フルーツ(洋梨缶) 牛乳200ml	御飯 冬瓜と鶏団子の煮物 納豆 味噌汁(南瓜・えのき) 牛乳200ml	パン アンサンブルエッグ ネのサラダ コーンスープ 牛乳200ml	御飯 鮭バーグ 小松菜のなめ茸和え 味噌汁(じゃが・白) 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐 さつま芋の甘露煮 味噌汁(高野・ワカメ) 牛乳200ml	パン ハムソテー 温野菜サラダ コンソメスープ(ミ・ハ) 牛乳200ml	御飯 赤魚の生姜醤油焼き アサリしぐれ煮 味噌汁(豆腐) 牛乳200ml	パン オムレツ(チーズ入り) スパゲティサラダ 乳酸菌ウォーター 牛乳200ml	御飯 いわしバーグ 野菜のごま和え 味噌汁(ワカ・油) 牛乳200ml
昼	御飯 甘酢鶏団子 もやしのナムル ミックスフルーツゼリー 卵スープ	御飯 茹で豚のごまたれかけ 大根とがんもの煮物 オクラの塩昆布和え 味噌汁(ねぎ・ミツ)	松茸ごはん 鮭のポン酢おろし 白菜とみかんのサラダ 栗とさつま芋白和え 豚汁	御飯 さわらの西京焼き 根菜の胡麻油炒め ミツと青菜の梅和え 清汁(昆布・ミツ)	ハヤシライス ツナサラダ みかんヨーグルト	御飯 鶏肉のピカタ ほうれん草のバター炒め フルーツ(黄桃缶) カレー風味スープ	わかめごはん 鰯のきのこあんかけ じゃが芋たらこ和え かきや和え 清汁(麩・そうめん)	御飯 豚そぼろ丼 里芋の煮物 フルーツゼリー 味噌汁(小松・しめ)	御飯 海老のチリソース煮 春雨サラダ 杏仁豆腐 野菜中華スープ	御飯 鮭の幽庵焼き さつま揚げ炒り煮 三色豆 味噌汁(豆腐・揚げ)	御飯 南瓜と鶏のシチュー キャベツサラダ ミックスベリーゼリー コンソメスープ(カブ・コン)
間	チョコドーナツ	きみしぐれ	マドレーヌ	いちごクレープ	今川焼き	ワッフル	黒糖まんじゅう	レモンケーキ	蒸しケーキ(コ)	いちごプリン	ハワイアンカップケーキ
タ	御飯 メバルのバター醤油焼き 切干大根の炒り煮 ポテトサラダ 味噌汁(高野・葉)	御飯 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 いんげんの和え 清汁(小松・E)	御飯 グラタン(ほうれん草) 小松菜とEのソテー カリフラワーのサラダ コンソメスープ(玉・コン)	御飯 豚肉のオイスター炒め リンゴとひじきの煮物 煮豆(うぐいす豆) 味噌汁(里芋・葱)	御飯 鰯の味噌煮 炒りなます ブロッコリーの和え物 清汁(豆腐・葱)	御飯 鰯の生姜焼き 豆腐の蟹あんかけ 長芋の二杯酢 味噌汁(玉葱・シメ)	御飯 牛肉のにんにく炒め 温泉玉子 法蓮草のピーナツ和え 味噌汁(なめこ・葱)	御飯 カレイの粕漬け じゃが芋の炒め物 なすのおろし和え 味噌汁(キャベ・揚げ)	御飯 鶏肉の味噌焼き さつま芋サラダ もやしの和え物 清汁(みつ・E)	御飯 豚肉の生姜炒め 冬瓜とがんもの煮物 大根とネのマヨ和え 味噌汁(まい・ネ)	御飯 鰯の梅風味焼き 大根・E団子の煮物 小松菜の辛子和え 味噌汁(里芋・玉)