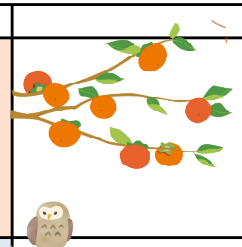
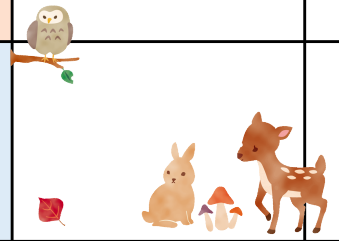
10月の献立表　　2025/10/1～

			1（水）	2（木）	3（金）	4（土）	5（日）
朝			・ご飯 ・白身魚の味噌焼き ・サラダ ・蒸し鶏と青菜の柚子和え ・根菜のすまし汁 ・梨	・ワッフル ・食パン ・ミートボール ・スパゲティサラダ ・オニオンスープ	・ご飯 ・ウインナー ・サラダ ・玉子焼き ・茄子のお味噌汁 ・ぶどう	・デニッシュロール ・食パン ・フルーツジュース	・明太フランスパン ・食パン ・フルーツジュース
夜			・きのこご飯 ・白身天＆さつま芋天 ・きゅうりとわかめとじゃこの酢の物 ・豚汁	・ご飯 ・ポークカツレツ風 ・サラダ ・厚揚げと野菜のオイスター炒め ・コンソメスープ	・ご飯 ・鯖のピリ辛煮 ・サラダ ・筑前煮 ・だご汁	・ご飯 ・牛スタミナ炒め ・サラダ ・大葉とじゃこの和風パスタ ・ベーコンとキャベツのスープ	・ご飯 ・酢豚 ・さつま芋のマスタードサラダ ・生姜玉子スープ ・お楽しみスイーツ
	6（月）	7（火）	8（水）	9（木）	10（金）	11（土）	12（日）
朝	・ご飯 ・鮭の塩焼き ・サラダ ・切干大根煮 ・豆腐のお味噌汁	・ホットサンド ・食パン ・ポテトサラダ ・コーンスープ ・ヨーグルト	・ご飯 ・納豆 ・蒸し鶏と青菜の和え物 ・麩のお味噌汁 ・キウイ	・フレンチトースト ・食パン ・チキンナゲット ・サラダ ・スクランブルエッグ ・オニオンスープ	・ご飯 ・鮭の柚庵焼き ・サラダ ・きんぴられんこん ・根菜のお味噌汁	・チョコチップメロンパン ・食パン ・フルーツジュース	・ちーまよ高菜パン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・チキン南蛮 ・サラダ ・れんこんと挽肉の甘辛炒め ・小松菜と揚げのお味噌汁 ・きなこ団子	・ご飯 ・ハンバーグデミソース ・サラダ ・ポテト ・ビタミンサラダ ・キャベツとベーコンのスープ	・栗とさつまいもご飯 ・鶏＆サンマの竜田揚げ ・サラダ ・根菜の煮物 ・なめこのお味噌汁	・ご飯 ・豚の生姜焼き ・サラダ ・ナポリタン ・だご汁	・ご飯 ・MIXフライ ・サラダ ・さつまいもの塩バター炒め ・えのきとわかめのすまし汁	・ご飯 ・鶏の塩ダレ焼き ・サラダ ・野菜のナムル ・海鮮チゲスープ	・麻婆豆腐 ・春巻き ・サラダ ・春雨と胡瓜の酢の物 ・長ネギと椎茸の玉子スープ
	13（月）	14（火）	15（水）	16（木）	17（金）	18（土）	19（日）
朝	・ご飯 ・ウインナー ・サラダ ・玉子焼き ・青菜のお浸し ・南瓜のお味噌汁	・パンケーキ ・ベーコンエッグ ・サラダ ・コーンスープ ・オレンジ	・ご飯 ・明太子 ・温泉玉子 ・里芋のそぼろ煮 ・大根と揚げのお味噌汁	・ピザトースト ・食パン ・チキンナゲット ・スパゲティサラダ ・オニオンスープ ・キウイ	・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・切干とハムのサラダ ・煮玉子 ・じゃが芋のお味噌汁	・カスタードクッキーパン ・食パン ・フルーツジュース	・チーズカレーパン ・焼きチョコリングパン ・食パン
夜	・ご飯 ・豚味噌カツ ・サラダ ・高野豆腐の玉子とじ ・かきたま汁	・ご飯 ・鶏のスイートチリソース ・シューマイ ・サラダ ・玉子スープ ・ゴマ団子	・冷やしぶっかけうどん ・かしわごはん ・春雨ときゅうりの酢の物 ・ゼリー	・ご飯 ・鶏つくねバーグジャポネソース ・サラダ ・ツナとビーフンのマヨポンサラダ ・えのきとオクラのすまし汁	・ご飯 ・豚の竜田揚げ ・サラダ ・五目白和え ・小松菜とベーコンの豆乳スープ	・ご飯 ・鶏の塩ダレ焼き ・サラダ ・野菜のナムル ・海鮮チゲスープ	・ご飯 ・豚のスペアリブ ・アジフライ ・サラダ ・きゅうりと海藻のサラダ ・えのきと玉子のすまし汁

*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。
*都合により、内容が変更になることがございます。予めご了承願います。

10月の献立表　2025/10/20～

	20（月）	21（火）	22（水）	23（木）	24（金）	25（土）	26（日）
朝	・ご飯 ・鮭の柚庵焼き ・サラダ ・ひじき煮 ・じゃが芋のお味噌汁	・ホットドッグ ・食パン ・ポテトサラダ ・コーンスープ ・パイナップル	・ご飯 ・納豆 ・れんこんのそぼろきんぴら ・さつま芋のお味噌汁 ・オレンジ	・フレンチトースト ・食パン ・ウインナー ・サラダ ・スクランブルエッグ ・オニオンスープ	・ご飯 ・白身魚の味噌焼き ・サラダ ・きんぴらごぼう ・麩のお味噌汁 ・キウイ	・デラックスピザパン ・食パン ・フルーツジュース	・焼きチョコリングパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・スンドゥブチゲスープ ・キムチチーズチヂミ ・チョレギサラダ ・フルーツポンチ	・ご飯 ・白身＆アジフライタルタルソース ・サラダ ・緑野菜の胡麻和え ・鶏団子と春雨のスープ	・ご飯 ・海鮮入り焼きそば ・揚げ餃子 ・サラダ ・豆腐とわかめのお味噌汁	・ご飯 ・鯖の味噌煮 ・サラダ ・肉じゃが ・根菜のすまし汁	・ご飯 ・クリームシチュー ・サラダ ・明太マヨパスタ ・フルーツポンチ	・ご飯 ・チーズメンチ＆コロッケ ・サラダ ・マカロニサラダ ・クラムチャウダー	・ご飯 ・ポークソテージャポネソース ・温野菜 ・ブロッコリーと玉子のサラダ ・南瓜とベーコンのミルクスープ
	27（月）	**28（火）**	**29（水）**	**30（木）**	**31（金）**		
朝	・ご飯 ・ウインナー ・サラダ ・玉子焼き ・青菜のお浸し ・南瓜のお味噌汁	・ワッフル ・食パン ・ベーコンエッグ ・サラダ ・ポタージュスープ	・ご飯 ・明太子 ・温泉玉子 ・かぼちゃのそぼろ煮 ・茄子のお味噌汁 ・オレンジ	・ピザトースト ・食パン ・チキンナゲット ・スパゲティサラダ ・オニオンスープ ・ぶどう	・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・切干とハムのサラダ ・煮玉子 ・大根と揚げのお味噌汁		
夜	・ご飯 ・ササミチーズカツ ・サラダ ・緑野菜の胡麻和え ・えのきとわかめのすまし汁 ・抹茶わらび餅	・豚肉梅しそとろろ丼 ・野菜の天ぷら ・豆腐とわかめのすまし汁 ・ミルクプリン	・あんかけチャーハン ・鶏とエビのチリソース ・サラダ ・玉子とわかめのスープ	**・ハロウィンカレー** **・これはナンだ？** **・パンプキンサラダ** **・真っ赤なビーツのスープ**	・ご飯 ・はちみつ塩麹唐揚げ ・サラダ ・大根とわかめの柚子胡椒和え ・挽肉とキャベツの豆乳スープ		

*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。
*都合により、内容が変更になることがございます。予めご了承願います。