



10月の献立



※対応食が通常食と異なる場合は赤字で記入しています。

通常食

対応食

1日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・大豆ミンチカツ
- ・添え野菜
- ・ラタトゥイユ (乳抜き)
- ・オニオンスープ

2日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・豆腐チゲ風
- ・焼ききょうざ
- ・さつまいもの甘煮
- ・もやしの和え物

3日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・燗寒
- ・きんぴらバーグ
- ・なすの炒め物
- ・巨峰カットゼリー

6日(月)

【月見献立】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・さばの塩焼き
- ・粉ふきもち
- ・厚揚げのおろしソースかけ
- ・小松菜の炒め物
- ・みたらし団子

7日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・きのこスバグティ
- ・クリルチキン
- ・なすのミートグラタン (チーズ抜き)
- ・ヨーグルト (みかんゼリー)

通常食

対応食

8日(水)

- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・クリームシチュー (乳抜き・豆乳・乳・対症約1/4使用)
- ・焼きウィンナー
- ・キャベツのソテー
- ・アーモンド小魚

9日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・高野豆腐の銀絲 (卵抜き・鶏肉追加)
- ・甘辛じゃがいも
- ・小松菜とエリンギの炒め物
- ・白菜のごま和え

10日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ピピンパ
- ・れんこんのチーズ焼き (チーズ抜き)
- ・手作りきなこ大豆
- ・わかめスープ

14日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・ミニハンバーグ
- ・コーンソテー
- ・キャベツとわかめのサラダ

15日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・豚汁
- ・きびなごフライ
- ・白飯の炒め煮
- ・みそ汁

通常食

対応食

16日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・韓国風肉じゃが
- ・揚げじゃがいも
- ・もやし炒め
- ・ハンサンスー

17日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ささみフライ
- ・添え野菜
- ・ミニトマト
- ・キャベツとツナのソテー
- ・パンフキンスープ (乳抜き・ベーコン・豆乳追加)

20日(月)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・白身魚フライ
- ・アボリタン
- ・ポークカツンジャー
- ・ほうれん草のソテー
- ・コーンクリームスープ (乳抜き・豆乳追加)

21日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・豚肉とさつまいものごま味噌炒め
- ・肉団子の甘酢あんかけ
- ・じゃがいもの煮物
- ・大根の和え物

22日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・あじミソチン
- ・スバグティン
- ・鶏肉と大根の煮物
- ・人参とツナの炒め物
- ・すまし汁

通常食

対応食

23日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・チキンカツの卵とじ (卵抜き・キャベツとウィンナー炒め物)
- ・コリコリ炒め
- ・金時豆の甘煮
- ・小松菜の和え物

24日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・白菜の湯煮
- ・煮干し
- ・さつまいものサラダ

27日(月)

【世界のスープめぐり タイ: トムヤムクン】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・タンドリタン
- ・炒めビーフン
- ・ハオス
- ・トムヤムクン (えび抜き・鶏肉追加)

28日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・鶏肉とさつまいものクリーム煮 (乳抜き・豆乳・乳・対症約1/4使用)
- ・肉団子のケチャップ煮
- ・れんこんといんげんのペペロンチーノ
- ・キャベツとハムのサラダ

29日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・れんこんのはさみ揚げ
- ・スバグティン
- ・鶏肉と大根の煮物
- ・人参とツナの炒め物
- ・すまし汁

通常食

対応食

30日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ポークビーンズライス
- ・チキンアゲット
- ・三色ソテー

31日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ニラ豆腐丼
- ・かぼちゃコロッケ
- ・チンゲンサイの煮浸し
- ・もやしのごま和え

