



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
- ・フタトウゴロ
- ・マッシュポテト (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
- ・もやし和え

3日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・鶏菜
- ・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
- ・きのこスパゲティ
- ・グリルチキン
- ・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)



- ・コッパパン
- ・牛乳
- ・クリームシチュー (乳抜き・豆乳・乳油・対応粉使用)
- ・焼きインナー
- ・キャベツのソテー
- ・アーモンド小魚

9日(木)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・高野豆腐の餡料 (卵抜き・鶏肉追加)
- ・甘きじゃがいも
- ・小松菜とエリンギの炒め物
- ・白飯のごま和え

10日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ピビンバ
- ・れんこんのチーズ焼き (チーズ抜き)
- ・手作りきんぎょ大団
- ・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
- ・きんぎょフライ
- ・白飯の炒め物
- ・みそ汁

通常食

対応食

16日(木)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・鶏肉とじゃがいも
- ・揚げじゃがいも
- ・もやし炒め
- ・ハンパンスー

17日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・さきみフライ
- ・添え野菜
- ・ミニトウモロコシ
- ・キャベツとツナのソテー
- ・ハンパンスー (乳抜き・豆乳追加)

20日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・白身魚フライ
- ・アボリタン
- ・ポークソテー
- ・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
- ・豚肉とごぼうのごま味噌炒め
- ・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
- ・あじみチキン
- ・焼肉ステーキ
- ・人参とこんにゃくの炒め物
- ・がんもの煮物
- ・豚汁

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
- ・白飯の塩煮
- ・鶏肉とじゃがいも
- ・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・乳油・対応粉使用)
- ・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
- ・れんこんのはきみ揚げ
- ・スリロケット
- ・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
- ・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

