

10 月 1 日 (火)



【 献 立 表 】

ごはん
牛乳
中華風照り焼きチキン
きゅうりともやしのナムル
ジャージャー豆腐

10 月 2 日 (水)



【 献 立 表 】

きのこごはん
牛乳
チーズ入りかまぼこの天ぷら
豚汁
りんご

10 月 3 日 (木)



【 献 立 表 】

アーモンドトースト
牛乳
わかめサラダ
コーンチャウダー
パイナップル

10 月 4 日（金）



【 献 立 表 】

麦ごはん
牛乳
五目そぼろ
大学いも
けんちん汁

10 月 7 日（月）



【 献 立 表 】

ごはん
牛乳
たらちのチリソースかけ
青椒肉絲
はるさめとちくわのスープ
バニラウエハース

10 月 8 日（火）



【 献 立 表 】

発芽米ごはん
牛乳
ポークカレー
コールスローサラダ
手作りぶどうゼリー

10 月 9 日（水）



【 献 立 表 】

ごはん
牛乳
まんだいの香味揚げ
ごぼうと牛肉の炒め煮
かきたま汁

10 月 10 日（木）



【 献 立 表 】

スパゲティー
牛乳
ペスカトーレソース
ごまじゃこサラダ
ブルーベリーとクリームチーズのスコーン

10 月 11 日（金）



【 献 立 表 】

麦ごはん（手作りふりかけ）
牛乳
鶏肉のレモンじょうゆかけ
マカロニサラダ
なめこのみそ汁

10 月 15 日（火）



【 献 立 表 】

わかめごはん
牛乳
いわしのフライ
もやしのあえもの
韓国風肉じゃが
ひとくちピーチゼリー

10 月 16 日（水）



【 献 立 表 】

食パン（チョコクリーム）
牛乳
ハンバーグきのこソースかけ
ほうれん草とコーンのソテー
コンソメスープ
シャインマスカット

10 月 17 日（木）



【 献 立 表 】

ごはん
牛乳
揚げ出し豆腐のそぼろあんかけ
じゃがいものきんぴら
白玉汁
牛乳プリン

10 月 18 日（金）



【 献 立 表 】

キムチチャーハン
牛乳
おからしゅうまい
中華風卵スープ
みかん

10 月 21 日（月）



【 献 立 表 】

焼きピロシキ
牛乳
れんこんとひじきのサラダ
ポトフ
オレンジ

10 月 22 日（火）



【 献 立 表 】

セルフおにぎり（のり・ごま塩）
牛乳
さけの塩焼き
和風サラダ
どさんこ汁

10 月 23 日（水）



【 献 立 表 】

麦ごはん
牛乳
ハヤシライスソース
じゃがいものハニーサラダ
ヨーグルト

10 月 24 日（木）



【 献 立 表 】

さけ菜飯
牛乳
松風焼き
きゅうりの南蛮漬け
のっぺい汁

10 月 25 日（金）



【 献 立 表 】

中華麺
牛乳
みそラーメンスープ
揚げぎょうざ
中華あえ
ひとくち洋梨ゼリー

10 月 28 日（月）



【 献 立 表 】

ごはん
牛乳
豚肉のしょうが焼き
ツナと野菜のごまあえ
飛鳥汁

10 月 29 日（火）



【 献 立 表 】

麦ごはん
牛乳
春巻き
ビビンバ
わかめスープ
アーモンド入り小魚

10 月 30 日（水）



【 献 立 表 】

ごはん
牛乳
さばのみそ煮
干草あえ
おでん

A photograph of a meal tray. The tray is green and contains several items: a large, round, brown bread roll wrapped in clear plastic; a white bowl filled with yellow soup containing small pieces of vegetables and meat; a small white bowl containing dark, chunky food; a white rectangular dish divided into two sections, one containing a piece of fried fish and the other containing a mixture of dark vegetables and carrots; and a small white bowl containing dark, chunky food. A silver spoon is placed on the tray next to the small white bowl. In the background, there is a box of Furuya instant noodle soup, labeled 'FURUYA' and '200ml 零カロリー' (Zero Calorie).

パンプキンポターージュ

パンプキンポターージュ