



# 令和4年 10月 献立予定表



日	月	火	水	木	金	土
						ご飯 肉豆腐 大学芋風 フルーツ(白桃) 味噌汁
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
ご飯 さばの味噌煮 れんこんさんびら フルーツ(りんご) すまし汁	ご飯 松風焼き 里芋の煮物 フルーツ(マンゴー) すまし汁	麦ご飯 カレーの和風ムニエル 厚揚げと大根の煮物 フルーツ(みかん) 味噌汁	ご飯 チキンケチャップ 鶏肉とウインナーの スープ煮 フルーツ(バナナ) コンソメスープ	ご飯 さわらのバター醬油 焼き かぶと厚揚げの 含め煮 マンゴープリン 味噌汁	かき揚げうどん 筑前煮 ぶどうゼリー	ご飯 さばの香味焼き 厚揚げのくず煮 フルーツ(みかん) 味噌汁
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
ご飯 シーフードカレー 福神漬け 梅ごぼうサラダ フルーツ(パイナップル) コンソメスープ	ご飯 白身魚のトマト ソースかけ ポテトサラダ ヨーグルトパバロア コンソメスープ	ご飯 八宝菜 焼きビーフン フルーツ(マンゴー) 中華スープ	ご飯 豚肉のしぐれ煮 あざりと青梗菜の 炒め物 オレンジゼリー 味噌汁	ご飯 メヌケの照り焼き 肉じゃが フルーツカクテル 味噌汁	あんかけやきそば 肉しゅうまい 杏仁豆腐 中華スープ	ご飯 親子煮 ブロッコリーのか にあんかけ フルーツ(バナナ) 味噌汁
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
ご飯 メンチカツ さつま芋のサラダ フルーツ(パイナップル) お吸い物	豚丼 さつま揚げと昆布 の炒り煮 フルーツ(黄桃) 味噌汁	ご飯 ぶりの漬け焼き 冬瓜のくず煮 抹茶ムース 味噌汁	ご飯 ポークケチャップ じゃが芋の煮物 フルーツ(白桃) コンソメスープ	さつま芋ご飯 たちの紅葉揚げ 炊き合わせ フルーツ(柿) きのこ汁	鶏南蛮そば 春巻き ぶどうゼリー	ご飯 銀だらの照り焼き 白菜の煮浸し フルーツ(バナナ) 味噌汁
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
きのごカレー 春雨さつぱりサ ラダ 福神漬け ヨーグルトパバロ ア コンソメスープ	ご飯 ハンバーグのトマ トソースかけ ジャーマンポテト フルーツ(黄桃) お吸い物	漁老ピラフ 鶏肉のクリーム煮 コーンコロッケ ピーチゼリー コンソメスープ	ご飯 めだいのみりん 焼き 里芋の煮物 フルーツ(みかん) 味噌汁	ご飯 麻婆豆腐 海鮮しゅうまい フルーツ(洋梨) 中華スープ	スパゲティミート ソース かに風味サラダ フルーツ(りんご) コンソメスープ	ご飯 白身魚のムニエル ハムともやしのソ テー フルーツ(マン ゴー) コンソメスープ
<b>30</b>	<b>31</b>					
ご飯 鶏肉の生姜焼き なすの含め煮 メロンムース お吸い物	ご飯 めめけの煮付け ごぼうの甘辛炒め 杏仁フルーツ 味噌汁					