

〇〇 令和7年 10月 献立表 〇〇							
【ｶﾙﾋﾞ7常食】							
			1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)
朝 食			米飯（米50） 味噌汁（厚揚げ・春菊） 玉葱とソーセージのソテー ヨーグルト	薄皮ミニ（クリーム） 牛乳 ｷｬﾍﾞﾂとまぐろﾌﾙｰｸの和え	米飯（米50） みそ汁（玉葱） 切り干し大根のソテー ヨーグルト	スナックパン（さつまいも） 牛乳 野菜炒め	おじや（鮭ﾌﾚｰｸ） みそ汁（玉葱） カレーソテー ｼｮｰｱ（ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ）
昼 食			きのこの炊き込みご飯 だし巻き卵 もやしの酢の物 豚汁 ﾌﾙｰﾂ（ﾘﾝｺﾞ）	若菜ごはん しょうゆラーメン ほうれん草サラダ バナナ（1／2）	米飯（備蓄食品） はたてのクリームシチュー 切干大根とオクラのサラダ 鶏レバーの味噌煮 ﾌﾙｰﾂ（ｷｬﾍﾞﾂ）	米飯（米50） さばの煮つけ ﾅﾑﾙ みそ汁（じゃがいも） たまごふりかけ	米飯（米50） 照り焼きチキン さつまいもおろし和え みそ汁（かぼちゃと油揚げ） バナナ（1／2）
昼 間 食			カスタードケーキ	やわらかサブレ（いちご）	プリン	お菓子	穴ぼう焼き
夕 食			米飯（米50） 魚の煮付け マカロニサラダ すまし汁（とろろ昆布） ﾌﾙｰﾂ（もも缶）	米飯（米50） 鶏肉のマヨネーズ焼き うの花炒め みそ汁（もやし） かつおふりかけ	米飯（米50） 豚肉の甘酢炒め しらあえ 味噌汁（さつまいも） ﾌﾙｰﾂ（みかん缶）	米飯（米50） えびﾌﾗｲ ﾊﾝｻﾝｽｰ 粕汁 たかな漬	米飯（米50） ぎせい豆腐 大豆サラダ みそ汁（大根） たくあん漬
	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)	12 (日)
朝 食	米飯（米50） みそ汁（豆腐と鮭） ほうれん草の煮浸し ヨーグルト	薄皮ミニ（あんぱん） 牛乳 里芋サラダ	米飯（米50） 味噌汁（厚揚げ・小松菜） ソーセージのソテー ヨーグルト	薄皮ミニ（白あん） 牛乳 切り干し大根のイタリア	米飯（米50） 味噌汁（厚揚げ・小松菜） オムレツ（朝食用） ｼｮｰｱ（ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ）	スティックパン（プレーン） 牛乳 ｷｬﾍﾞﾂとまぐろﾌﾙｰｸの和え	おじや（ﾋﾞｰﾌ） みそ汁（豆腐と鮭） 玉葱とソーセージのソテー ヨーグルト
昼 食	いもご飯 月見そば ｷｬﾍﾞﾂのサラダ ﾌﾙｰﾂ（ｷｬﾍﾞﾂ）	米飯（米50） 魚の味噌煮 ひじきのサラダ 茶碗蒸し みかん（1／2）	五目ご飯（備蓄食品） ポテトコロッケ ツナの酢の物 味噌汁（しめじ） しば漬け	散らし寿司 含め煮 金時豆の甘煮 かきたま汁 ﾌﾙｰﾂ（みかん缶）	ゆかりごはん 焼きそば ツナの酢の物 みそ汁（豆腐と鮭） バナナ（1／2）	米飯（米50） なすと厚揚げのみそ炒め チキンサラダ みそ汁（大根） ﾌﾙｰﾂ（もも缶）	米飯（米50） 魚のﾑﾆｴﾙ 大豆サラダ コンソメスープ ﾌﾙｰﾂ（ﾘﾝｺﾞ）
昼 間 食	お月見まんじゅう	抹茶蒸しパン	しっとりまんじゅう（黒糖）	栗のケーキ	さつまいも蒸しパン	お菓子	こしあん饅頭
夕 食	米飯（米50） 魚の煮付け ｷｬﾍﾞﾂのごま和え みそ汁（白菜）	米飯（米50） 変わり肉じゃが 茄子といかのごま味噌和え みそ汁（豆腐と小松菜） さけふりかけ	米飯（米50） 鶏つくねの照り煮 マカロニサラダ 味噌汁（豆腐とｷｬﾍﾞﾂ） 白菜漬け	米飯（米50） お好みたまご 白菜とカニかまの和え物 ﾌﾙｰﾂ（ｷｬﾍﾞﾂ）	木の葉丼 もやしの酢の物 みそ汁（かぼちゃ） ﾌﾙｰﾂ（ﾊｲﾝ缶）	米飯（米50） サバのみぞれ煮 里芋の煮物 かきたま汁 野菜菜漬	米飯（米50） 肉豆腐 五色なます みそ汁（もやし） バナナ（1／2）
	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)	19 (日)
朝 食	米飯（米50） みそ汁（青菜） 小松菜の煮浸し ヨーグルト	薄皮ミニ（チョコ） 牛乳 ｷｬﾍﾞﾂのソテー	米飯（米50） みそ汁（豆腐と小松菜） 里芋サラダ ｼｮｰｱ（ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ）	チョコチップスナックパン 牛乳 大豆サラダ	米飯（米50） みそ汁（玉葱） チンゲン菜の油炒め ｼｮｰｱ（ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ）	薄皮ミニ（クリーム） 牛乳 野菜サラダ	おじや（生姜） みそ汁（豆腐と鮭） 玉葱とソーセージのソテー ｼｮｰｱ（ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ）
昼 食	かつカレー ﾄﾏﾄのサラダ 福神漬 ﾊﾞﾅﾅ（1／2）	米飯（備蓄食品） えびﾌﾗｲ 五目大豆 コンソープ みかん（1／2）	魚のはおかり 野菜の煮しめ ブロッコリーのサラダ 柿 すまし汁（えのき）	牛丼 春菊のごまあえ みそ汁（豆腐と小松菜） ﾌﾙｰﾂ（もも缶）	生妻ごはん さんまの竜田揚げ 三色和え みそ汁（白菜） ﾊﾞﾅﾅ（1／2）	米飯（米50） 肉団子の甘酢あんかけ ほうれん草のごまあえ みそ汁（じゃがいも）	米飯（米50） 若鶏のクリーム煮 切干大根とオクラのサラダ 鶏レバーの味噌煮 ﾌﾙｰﾂ（ﾘﾝｺﾞ）
昼 間 食	スイートポテト	黒ごまプリン	フリーカットロールケーキ	コーヒージェリー	薄皮まんじゅう	たご焼き（冷凍）	お菓子
夕 食	米飯（米50） 魚の煮付け エビと胡瓜の酢のもの みそ汁（豆腐と鮭） たかな漬	米飯（米50） 豚肉しょうが焼き ごま和え（白菜・春菊） みそ汁（玉葱） さけふりかけ	米飯（米50） 親子煮 ｷｬﾍﾞﾂとまぐろﾌﾙｰｸの和え みそ汁（大根） ﾊﾞﾅﾅ（1／2）	米飯（米50） カニ卵あんかけ チキンサラダ みそ汁（豆腐・青菜・椎茸） 漬物（きゅうり漬）	米飯（米50） 鶏つくねの照り煮 白菜のぬた すまし汁（青菜） ﾌﾙｰﾂ（みかん缶）	きのこの炊き込みご飯 えびと豆腐のうま煮 かぶのユズ和え すまし汁（卵豆腐） ﾌﾙｰﾂ（もも缶）	米飯（米50） 豚バラ大根 春雨の酢の物 みそ汁（豆腐と小松菜） ﾌﾙｰﾂ（もも缶）
	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)	26 (日)
朝 食	米飯（米50） みそ汁（ｷｬﾍﾞﾂ） ほうれん草サラダ ｼｮｰｱ（ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ）	スティックパン（プレーン） 牛乳 ひじきソテー	米飯（米50） みそ汁（白菜） ポークビーンズ ヨーグルト	薄皮ミニ（あんぱん） 牛乳 ブロッコリーとﾄﾏﾄ	米飯（米50） みそ汁（大根） 小松菜の煮浸し ヨーグルト	スティックパン（プレーン） 牛乳 ほうれん草サラダ	おじや（ｼﾗｽ） みそ汁（豆腐と鮭） 切り干し大根のソテー ｼｮｰｱ（ｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ）
昼 食	ゆかりごはん きつねうどん かぼちゃサラダ ういす豆 ﾌﾙｰﾂ（ﾊｲﾝ缶）	五目ご飯（備蓄食品） だし巻き卵と野菜の煮物 チキンサラダ ういす豆 みそ汁（もやし） ﾌﾙｰﾂ（かき）	オムライス ﾄﾏﾄのサラダ コンソメスープ 福神漬 ﾌﾙｰﾂ（みかん缶）	米飯（米50） おでん ささみと大根おろしのごま ﾊﾞﾅﾅ（1／2） 野菜菜漬	米飯（米50） 豚肉しょうが焼き 春雨サラダ みそ汁（豆腐と鮭） たまごふりかけ	米飯（米50） チキン南蛮 ひじきの炒り煮 みそ汁（豆腐と小松菜） ﾌﾙｰﾂ（ﾊｲﾝ缶）	米飯（米50） カニ卵あんかけ ほうれん草の白和え 味噌汁（さつまいも） ﾌﾙｰﾂ（もも缶）
昼 間 食	ムースエクレア	抹茶蒸しパン	鳴門金時焼き手	カスタードケーキ	ミニ肉まん	やわらかサブレ（ココア）	ベビーシークリーム
夕 食	米飯（米50） 魚の西京焼き うの花炒め みそ汁（大根）	米飯（米50） 鶏団子と野菜のポトフ 里芋の田楽 ホウレン草のピーナッツ料理 つば漬け	米飯（米50） 魚の南蛮漬け 和風サラダ みそ汁（豆腐と小松菜）	中華丼 ほうれん草のナムル 卵スープ ﾌﾙｰﾂ（ｷｬﾍﾞﾂ）	親子どんぶり 三色なます みそ汁（豆腐となめこ） ﾌﾙｰﾂ（みかん缶）	米飯（米50） 魚のカレーﾑﾆｴﾙ 中華風酢の物 みそ汁（豆腐・青菜・椎茸） 茄子の漬け物	ハヤシライス チキンサラダ ﾊﾞﾅﾅ（1／2） らっきょう
	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)		
朝 食	米飯（米50） みそ汁（豆腐と小松菜） 玉葱とソーセージのソテー ヨーグルト	薄皮ミニ（白あん） 牛乳 サツマイモサラダ（朝食用）	米飯（米50） 味噌汁（ほうれん草） 煮浸し ﾔｸﾙﾄ	チョコチップスナックパン 牛乳 スクランブルエッグ	米飯（米50） みそ汁（玉葱） ポークビーンズ		
昼 食	米飯（米50） デミグラスソースハンバーグ マカロニサラダ コンソープ ﾌﾙｰﾂ（ｷｬﾍﾞﾂ）	ひじきご飯 ﾐﾆﾂﾑﾗ ほうれん草の梅かつお和え かきたま汁 ﾌﾙｰﾂ（1／2）	米飯（米50） さばの煮つけ ブロッコリーのサラダ みそ汁（豆腐と鮭） ﾌﾙｰﾂ（かき）	ちらし寿司 ゆず味噌田楽 すまし汁 ﾘﾝｺﾞ缶	米飯（米50） かぼちゃコロッケ 青しそサラダ コンソープ みかん（1／2）		
昼 間 食	さつまいも蒸しパン	シルベーズ	ひとくちまんじゅう	ソフトクレープ	ハロウィンどら焼き		
夕 食	米飯（米50） いり豆腐 豚肉のおろし煮 ごま和え（白菜） みそ汁（かぼちゃと油揚げ） たかな漬	米飯（米50） 豚肉のおろし煮 ごま和え（白菜） みそ汁（かぼちゃと油揚げ） のりたまごふりかけ	米飯（米50） 大根と肉だんごの煮物 ちくわの酢の物 青菜ときこの中華スープ ﾌﾙｰﾂ（みかん缶）	米飯（米50） 魚の照り焼き ピーナッツ和え 味噌汁（厚揚げ・小松菜） 漬物（きゅうり漬）	米飯（米50） だし巻き卵と野菜の煮物 ツナの酢の物 みそ汁（大根） ﾌﾙｰﾂ（もも缶）		