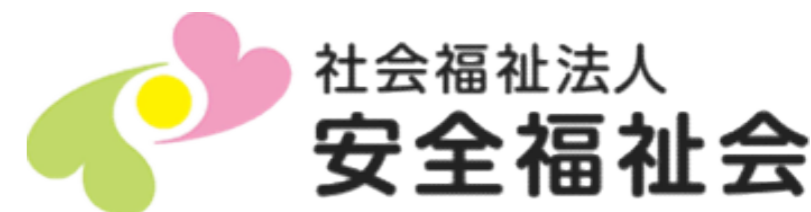




# 令和6年10月 献立表



	1	2	3	4	5	6	7
	火	水	木	金	土	日	月
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 里芋の中華風煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 なすの甘辛炒め 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 はんぺん煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 五目大豆煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 もやしの洋風煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 温泉卵 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 人参の高菜炒め 牛乳 たくあん漬け
昼食	いなり寿司 肉うどん ほうれん草のわさび和え オレンジ	ご飯 魚(シイラ)の粕煮 カリフラワーのゴマ和え もやしの卵炒め バナナ	ご飯 鶏の柚子こしょう焼き いんげんの昆布和え かぼちゃの含め煮 みかん缶	柳川井 吸い物 白菜のしば漬け和え 柿	ご飯 めばるの煮つけ 青梗菜の海苔和え 舞茸のバター醤油炒め キウイ	ご飯 かぼちゃコロッケ レタスとトマトのサラダ ピーマンソテー 黄桃缶	栗ご飯 蒸し鶏 冬瓜の梅和え 山菜煮 バナナ
3時	カスタードケーキ	どら焼き	プリン	蒸しパン	白玉ぜんざい		シュークリーム
夕食	ご飯 えびと豆腐のチリソース煮 ピーマンサラダ キャベツソテー パイン缶	ご飯 豚肉の塩だれ炒め さつま芋の和風マヨネーズ和え 切干大根煮 黄桃缶	ご飯 鱈の甘酢あんかけ きのこのツナ和え 小松菜の塩炒め りんご	ご飯 牛肉と里芋の炒め煮 きゅうりのレモン和え セロリの金平風 白桃缶	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ炒め アスパラのドレッシング和え じゃが芋煮 パイン缶	ご飯 鱈のチーズ焼き キャベツのタラコ和え あげ天煮 オレンジ	ご飯 ツナオムレツ ほうれん草サラダ なす煮 ブルーベリーヨーグルト

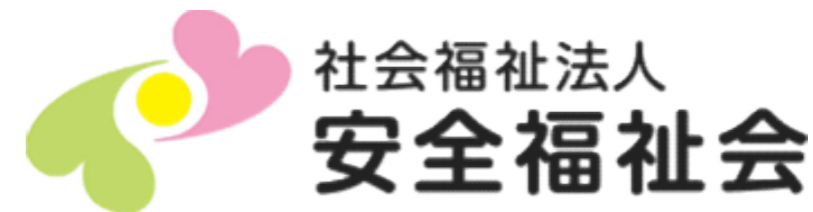


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



# 令和6年10月 献立表



	8	9	10【昼食選択日】	11	12	13	14
	火	水	木	金	土	日	月
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 ブロッコリーのクリーム煮 牛乳 青かっぱ	カルシウムご飯 味噌汁 がんもの含め煮 牛乳 がんもの含め煮	カルシウムご飯 味噌汁 大根のべっこう煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 アスパラソテー 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 厚揚げ煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 かぼちゃのレモン煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 あげ天の野菜あんかけ 牛乳 ゆずみそ
昼食	ご飯 サバの塩焼き きゅうりの酢の物 さつま芋の甘煮 りんご	パン ナポリタン コンソメスープ 海藻サラダ マンゴープリン	①天井 ②サンマの蒲焼き丼 味噌汁 小松菜の辛子和え オレンジ	ご飯 豚肉ときのこのポン酢炒め ピーマンと竹輪の和え物 里芋のゆずあんかけ パイン缶	秋野菜カレー もやしサラダ ゆで卵 福神漬け デザートムース(いちご)	ご飯 ぶりの照り焼き ほうれん草の海苔酢和え 高野豆腐煮 キウイ	ご飯 洋風卵焼き なすのずんだ和え きのこのしぐれ煮 みかん缶
3時	クレープ	バームクーヘン	紅葉まんじゅう	ぶどうゼリー	フルーツパウンドケーキ		ホットケーキ
夕食	ご飯 八宝菜 ひじきの中華和え いんげんの生姜炒め みかん缶	ご飯 鶏のさっぱり煮 ポテトサラダ 玉ねぎとカニの塩炒め キウイ	ご飯 豆腐のそぼろあんかけ もずく和え 五目金平 白桃缶	ご飯 鮭の利休焼き 青梗菜のお浸し うずら豆の甘煮 バナナ	ご飯 えびとブロッコリーの中華風炒め セロリのツナマヨ和え はんぺんの付け焼き りんご	ご飯 鶏団子のスープ煮 トマトとわかめのドレッシング和え キャベツのじゃこ炒め 黄桃缶	ご飯 カレーの和風ソテー アスパラサラダ ぜんまい煮 柿

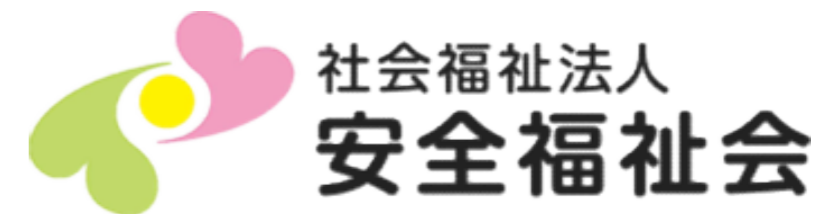


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



# 令和6年10月 献立表



	15	16	17	18	19	20	21
	火	水	木	金	土	日	月
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 さつまいものゴマ煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ひじきの炒り煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 金時豆の甘煮 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 きのこの中華炒め 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎのツナ煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 山菜金平 牛乳 しば漬け
昼食	炊き込みおこわ 揚げ出し豆腐 ピーマンと卵の和え物 小松菜とコーンの炒め物 白桃缶	ご飯 魚(メルルーサ)のれんこん蒸し カリフラワーのピーナツ和え キャベツの煮浸し バナナ	ご飯 鶏肉と野菜のゴマ炒め もやしナムル 切干大根煮 りんご	ゆかりご飯 醤油ラーメン 青梗菜のおかか和え 杏仁豆腐	ご飯 蒸し魚(ホキ)のタルタルソースかけ トマトとアスパラの和風サラダ 炒り豆腐 バナナ	ご飯 ミックスフライ コールスローサラダ なすソテー オレンジ	サンドイッチ 栗とさつまいものポタージュ きゅうりとささみの中華サラダ フルーツゼリー
3時	抹茶ようかん	レモンケーキ	ワッフル	やわらかおかき	ババロア		おはぎ
夕食	ご飯 豚の生姜焼き 白菜ときゅうりのゆかり和え 冬瓜のくず煮 オレンジ	ご飯 ハンバーグ スパゲティサラダ セロリの甘辛煮 パイン缶	ご飯 赤魚の治部煮 いんげんの蒸しとろろ和え 卵の花炒め みかん缶	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め レタスのレモン和え 里芋のみそ煮 キウイ	ご飯 豚じゃが パプリカマリネ 金平ごぼう 黄桃缶	ご飯 サバのゆずおろし煮 ほうれん草の白和え かぼちゃソテー パイン缶	ご飯 鶏の磯焼き 人参のクルミ和え がんもの含め煮 りんご

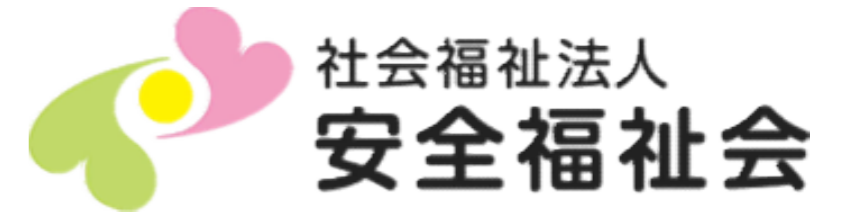


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



# 令和6年10月 献立表



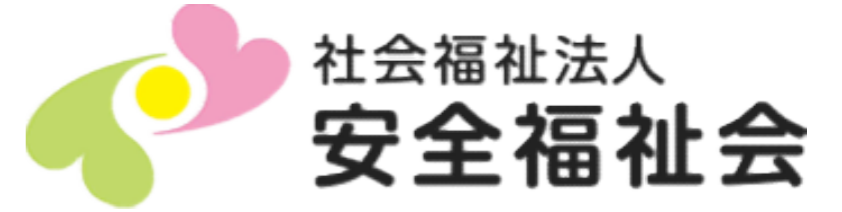
	22	23	24	25【昼食選択日】	26	27	28
	火	水	木	金	土	日	月
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 いんげん煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 干びょう煮 牛乳 Feふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 ピーマンのしぐれ煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 糸切昆布煮 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 煮奴 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 麩の卵とじ 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 もやしのベーコン炒め 牛乳 Caふりかけ
昼食	高菜チャーハン 春雨スープ 小松菜の生姜和え 蒸ししゅうまい キウイヨーグルト	ご飯 豚肉のねぎ梅焼き 里芋サラダ はんぺん煮 バナナ	松茸ご飯 刺身盛り合わせ 茶わん蒸し もやしの黒ゴマ和え 炊き合わせ 柿	ご飯 ①鮭のマスタード焼き ②豚肉の焼肉風炒め 枝豆サラダ あげ天煮 パイン缶	菜飯 とろろそば キャベツのツナ和え りんご	ご飯 鶏肉と厚揚げの甘辛煮 三色なます ほうれん草とハムの炒め物 バナナ	ご飯 回鍋肉 めかぶの酢の物 きのこソテー キウイ
3時	マドレーヌ	ほうじ茶プリン	カステラ	ドームケーキ	スイートポテト		青りんごゼリー
夕食	ご飯 太刀魚のムニエル ブロッコリーのドレッシング和え ジャーマンポテト 白桃缶	ご飯 麻婆豆腐 白菜のゆず和え アスパラの醤油炒め みかん缶	ご飯 牛肉のケチャップソテー 青梗菜のきのこ和え マカロニのコンソメ煮 黄桃缶	ご飯 卵と野菜の中華炒め なすのポン酢和え かぼちゃのそぼろ煮 オレンジ	ご飯 鱈の野菜あんかけ きゅうりナムル 白花豆の甘煮 白桃缶	ご飯 エビマヨ いんげんの中華和え ひじきと竹輪煮 みかん缶	シーフードカレー 豆腐サラダ 福神漬け フルーツポンチ



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。  
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



# 令和6年10月 献立表



	29	30	31				
	火	水	木				
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 冬瓜のカニあんかけ 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 魚肉ソーセージと卵炒め 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 青梗菜の煮浸し 牛乳 桜漬け				
昼食	ご飯 すき焼き風煮 カリフラワーのゆかり和え アスパラのバター醤油炒め パイナップル	チキンライス 野菜スープ レタスサラダ ミニコロケ デザートムース(りんご)	ご飯 鱈のピーナッツソースかけ かぼちゃのゴマ和え はんぺんのタラコ焼き みかん缶				
3時	栗まんじゅう	ロールケーキ	フレンチトースト				
夕食	ご飯 ぶりのゴマ塩焼き 小松菜と人参のぬた和え 里芋のりまぶし オレンジ	ご飯 豚肉と大根煮 ピーマンの昆布和え なすの山椒焼き 黄桃缶	ご飯 豆腐ハンバーグ トマトときのこのサラダ ぜんまい煮 バナナ				



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。  
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。