



献立表

平成30年10月01日(月)	平成30年10月02日(火)	平成30年10月03日(水)	平成30年10月04日(木)	平成30年10月05日(金)	平成30年10月06日(土)	
御飯 味噌汁 切干大根煮 和え物 あみえび 牛乳	パン(ロール)2個) パンプキンスープ オムレツ ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 温泉卵 ごま和え 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 炒り豆腐 なます ふりかけ 牛乳	パン(ロール)2個) コンソメスープ スクランブルエッグ スパゲティーサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト	
肉うどん うどんだし おにぎり はんぺんのフライ おかか和え マスカットゼリー	御飯 魚の童田揚げ 付け合わせ 含め煮 胡瓜の酢味噌和え 漬物 お吸い物	御飯 魚のムニエル 付け合せ 里芋のそぼろあん 梅肉和え 漬物 味噌汁	御飯 魚の味噌焼き 付け合わせ じゃこじゃが おかか和え フルーツ お吸い物	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ がんものおろし煮 ツナの和風和え フルーツ 味噌汁	御飯 野菜炒め 餃子 お浸し フルーツ お吸い物	
御飯 西京漬け焼き 付け合せ ジャーマンポテト ドレッシングサラダ 漬物 お吸い物	十五穀米御飯 鶏肉のマスタード焼 付け合せ いか大根 ボンズ和え フルーツ 味噌汁	御飯 つくねの照り焼き 付け合わせ 含め煮 オクラのジャコ和え フルーツ お吸い物	御飯 牛肉の柳川風 南瓜の含め煮 しらたきの真砂和え 煮豆 味噌汁	御飯 魚の幽庵焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 ポテトサラダ 漬物 お吸い物	御飯 おでん きんぴら 酢の物 漬物 お吸い物	
御飯 味噌汁 うの花 ごま和え 味噌汁 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 なます ふりかけ 牛乳	雑炊 魚の塩焼き 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 切干大根煮 和え物 ふりかけ 牛乳	パン(ロール)2個) コンソメスープ スクランブルエッグ ポテトサラダ マーガリン 牛乳	雑炊 春雨の卵とじ ごま和え 漬物 ヤクルト	
ちらし寿司 揚げ出し豆腐 しそ和え 味噌汁 桃のゼリー	山かけそば そばだし おにぎり 湯豆腐 和え物 フルーツみつ豆	カレーライス 漬物 エビフライ 大根サラダ ぶどうゼリー	御飯 さばのみそ煮 付け合わせ 南瓜のかにあんかけ ひじきの白和え フルーツ お吸い物	焼きそば おにぎり ナムル わかめスープ オレンジゼリー	中華丼 南瓜コロッケ ピーナッツ和え フルーツ 中華スープ	御飯 海老のさつま揚げ風 付け合せ そぼろ煮 胡瓜の酢の物 漬物 お吸い物
御飯 くわ焼き 付け合せ ひじき煮 マカロニサラダ 漬物 味噌汁	御飯 コロッケ 付け合せ 糸こんにゃくとじ ごま和え 煮豆 味噌汁	御飯 魚のピカタ 付け合せ 炒り豆腐 いかと胡瓜の酢味噌和 漬物 お吸い物	御飯 おろしハンバーグ 付け合せ スパゲティーサラダ ジャーマンポテト 漬物 味噌汁	御飯 魚の当座煮 大根の煮物 三色和え 煮豆 味噌汁	御飯 魚田 付け合わせ 含め煮 オクラの和え物 漬物 お吸い物	御飯 牛肉の南部焼き 付け合せ 炊き合わせ 梅肉和え フルーツ 味噌汁
御飯 味噌汁 含め煮 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 切干大根煮 和え物 ふりかけ 牛乳	雑炊 温泉卵 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 炒り豆腐 おかか和え ふりかけ 牛乳	パン(ロール)2個) パンプキンスープ ソーセージと野菜のソテ ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト	
く松花堂弁当) 梅しそ飯 鮭の塩焼き 付け合わせ 肉じゃが 天ぷら 茶碗蒸し 白和え デザート お吸い物	きしめん(温) だし おにぎり 梅しそフライ お浸し フルーツ	カレー風味ピラフ 海老チリ スパゲティーサラダ 杏仁豆腐 わかめスープ	マーボー丼 餃子 ピーナッツ和え 杏仁フルーツ お吸い物	御飯 魚のマスタード焼き 付け合せ 切干大根の炒め煮 ごま和え フルーツ 味噌汁	塩ラーメン おにぎり 春巻き もずくの生姜酢 マスカットゼリー	御飯 魚のムニエル 付け合せ 華風卵とじ 味噌マヨ和え 煮豆 お吸い物
きのこ御飯 魚の長芋煮 がんもの煮物 しらたきの真砂和え 漬物 味噌汁	御飯 魚のマネズ焼き 付け合わせ リンゴの煮物 ひじきの白和え 漬物 味噌汁	御飯 豆腐ハンバーグ 付け合わせ ジャーマンポテト しらす和え 煮豆 味噌汁	御飯 塩焼き 付け合わせ 筑前煮 ポテトサラダ 漬物 味噌汁	御飯 鶏肉の梅しそ焼き 付け合せ がんもの煮物 なます 漬物 お吸い物	御飯 魚の照り焼き 付け合わせ そぼろ肉じゃが おかか和え 煮豆 味噌汁	御飯 牛肉と野菜の中華炒め 大根の海老あんかけ ごま和え フルーツ 味噌汁
御飯 味噌汁 うの花 和え物 味噌汁 牛乳	御飯 味噌汁 リンゴ炒め おかか和え ふりかけ 牛乳	パン(ロール)2個) コンソメスープ ソーセージと野菜のソテ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 ごま和え ふりかけ 牛乳	パン(ロール)2個) パンプキンスープ オムレツ マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 魚の塩焼き お浸し 漬物 ヤクルト
御飯 魚の南蛮漬 がんものおろし煮 マカロニサラダ 漬物 お吸い物	きつねうどん つゆ(うどん) おにぎり コロッケ 白和え 青りんごゼリー	十五穀米御飯 おろし煮 付け合わせ ビーフソテー いかと胡瓜の酢味噌和 フルーツ お吸い物	御飯 チキンカツ 付け合せ じゃこじゃが もやしの生姜和え 煮豆 お吸い物	御飯 魚のバター醤油焼き 付け合せ 筑前煮 胡瓜の酢の物 漬物 味噌汁	牛丼 湯豆腐 ツナ和え お吸い物 ぶどうゼリー	カレーライス 漬物 スパゲティーサラダ わかめスープ フルーツ
栗御飯 豚肉の柳川風 南瓜の含め煮 ポン酢和え 味噌汁 フルーツ	御飯 豚肉の辛子味噌焼き 付け合せ 五目ひじき 中華サラダ 漬物 お吸い物	御飯 八宝菜 鶏肉の唐揚げ ナムル 漬物 わかめスープ	御飯 魚の童田焼き 付け合わせ リンゴと角揚げの煮物 しらたきの真砂和え 漬物 味噌汁	菜飯 おでん カニクリームフライ 桜海老との白菜和え物 フルーツ お吸い物	御飯 魚の生姜煮 付け合せ 里芋とひじき煮物 梅肉和え 漬物 味噌汁	<バイキング>
御飯 味噌汁 うの花 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 おかか和え ふりかけ 牛乳	パン(ロール)2個) コンソメスープ ソーセージと野菜のソテ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 蒲焼 温泉卵 漬物 ヤクルト			
御飯 塩焼き 付け合わせ きんぴら おかか和え 漬物 お吸い物	チャンポン おにぎり 餃子 ピーナッツ和え オレンジゼリー	焼きめし 鶏肉の唐揚げ ポテトサラダ フルーツ わかめスープ	御飯 魚のムニエル 付け合せ そぼろ煮 和え物 フルーツ 味噌汁			
御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ かぼちゃのいとこ煮	御飯 魚の梅煮 付け合わせ 切干大根の炒め煮	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合せ ひじきの煮物	御飯 肉団子の甘酢がらめ 含め煮 スパゲティーサラダ			



サンリベラル

道後

なます
煮豆
味噌汁

南瓜サラダ
漬物
かきたま汁

白和え
漬物
味噌汁

煮豆
お吸い物

