

令和6年10月予定献立表

日	曜	献立	写真
2	(水)	ごはん 魚のごまだれ焼き おひたし 五目きんぴら なすのみそ汁	
3	(木)	国産小麦のコッパパン 米粉のｶｽﾀｰﾄﾞｸﾘｰﾑ ポトフー かぼちゃサラダ	
4	(金)	ごはん 鶏肉の粒マスタード焼き 粉ふき芋 なすの揚げ浸し キャベツと厚揚げのみそ汁	
7	(月)	ごはん 鮭のムニエルきのこソース しらたきの炒り煮 野菜汁	
8	(火)	チキンカレーライス 手作り福神漬け グリーンサラダ くだもの(梨)	
9	(水)	肉うどん じゃが芋の揚げ漬け 大根のごま酢和え	
10	(木)	ごはん 魚の西京焼き 福豆 青菜のえのき和え じゃが芋とわかめのみそ汁	
15	(火)	秋の香りごはん 豆腐の肉みそがけ 野菜のごま酢和え さつま芋のみそ汁	
16	(水)	ごはん 豚肉と厚揚げのみそ炒め 春雨サラダ いらたま汁	
17	(木)	ごはん 鶏肉のみそ漬け焼き 南瓜の素揚げ 千草和え 豚汁	
18	(金)	バターロール かぼちゃとほうれん草の卵焼き ポテトサラダ 角切り野菜のスープ	
21	(月)	手作りチャーシューのチャーハン なすの中華和え くだもの(梨)	
22	(火)	ごはん 鶏肉のつくね焼き じゃが芋の素揚げ にんじんのシリシリー 豆腐と青菜のみそ汁	
23	(水)	ごはん さばの香味醤油焼き れんこんのごま和え 青菜と高野豆腐の炒り煮 大根のみそ汁	
24	(木)	さつま芋ごはん 鶏の竜田揚げおろしソース なすのみそ炒め きのこ汁	
25	(金)	鶏麻婆丼 りんごゼリー	
26	(土)	チキンドライカレーライス カルピスゼリー	
29	(火)	卵ときこのこのピラフ ツナサラダ ミネストローネスープ	
30	(水)	野菜たっぷりみそラーメン のり塩ポテト くだもの	
31	(木)	ごはん サーモンフライ せん切りキャベツ れんこんサラダ けんちん汁	