献　立　表

軟食

					10/1	10/2	10/3	10/4
朝	A定食				ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 野菜の炒め物(小柱) 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ミネストローネ(ﾁｷﾝ) 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ ｴﾋﾞｸﾞﾗﾀﾝ(T) 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾊﾟﾝ90g・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ｽﾊﾟﾆｯｼｭｵﾑﾚﾂ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ) 牛乳
	B定食				全粥　300g 鶏肉の治部煮(D) なす酢味噌和え 果物(オレンジ) 牛乳	全粥　300g 鰺の塩焼き(80) ｷｬﾍﾞﾂのお浸し 果物(バナナ) 牛乳	全粥　300g 鶏つくね野菜煮⑤ 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	全粥　300g ほっけの塩焼き 70 お浸し (ｵｸﾗ) 果物(オレンジ) 牛乳
昼	A定食				焼きうどん(16) エビ焼売② 大根サラダ（マヨ）	全粥　300g シチュー(カレー風味) 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	全粥　300g ブリの照り焼き(80) 長芋のみたらし風 ゆかり和え (ｷｬﾍﾞﾂ)	全粥　300g 鶏肉のﾄﾏﾄ煮(皮ﾅｼ60) 鍋しぎ 春雨サラダ
	B定食				全粥　300g メバルの甘酢あんかけ エビ焼売② 大根サラダ（マヨ）	全粥　300g 赤魚の照り煮 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	全粥　300g 豚肉と焼豆腐の炒め物 長芋のみたらし風 ゆかり和え (ｷｬﾍﾞﾂ)	全粥　300g 鰺の照り焼き 付）大根おろし 鍋しぎ 春雨サラダ
夕	A定食				全粥　300g 鶏肉のパン粉焼 付）パックソース ビーンズサラダ いり豆腐	全粥　300g 肉豆腐 (D) 南瓜の甘辛煮 小松菜の土佐和え 清し汁(ﾜｹｷﾞ・ﾊﾝﾍﾟﾝ)	全粥　300g 鶏肉の生姜焼き(90) 竹輪とｲﾝｹﾞﾝの炒め物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのナムル 味噌汁(白菜)	全粥　300g メバルの梅焼き 含め煮(高野豆腐) 南瓜サラダ 清し汁(小松菜・花麩)

		10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11
朝	A定食	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g・ﾊﾞﾀｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(キウイ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｽｰﾌﾟ仕立て(D) 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 小柱のクリーム煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ ｳｲﾝﾅｰと野菜の炒め物 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ﾂﾅとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・あんず ポークビーンズ (D) 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 巣ごもり卵 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳
	B定食	全粥　300g 肉みそ豆腐 いんげんのナムル風 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 五目あんかけ豆腐(五) 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 鶏肉のおろし煮(60) とろろ芋 付）パック醤油 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	全粥　300g 高野豆腐の味噌煮 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	全粥　300g 野菜のそぼろ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	全粥　300g ほっけの塩焼き 70 いんげんのナムル風 果物(オレンジ) 牛乳	全粥　300g 厚揚とﾁﾝｹﾞﾝ菜の煮物 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳
昼	A定食	全粥　300g 回鍋肉 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売②	肉うどん(16) めんつゆ(温) 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	全粥　300g ｻｹの香味ｿｰｽ（焼） 春雨の金平煮 小松菜の土佐和え	全粥　300g 黒むつの野菜あんかけ 南瓜の煮物 白菜のお浸し	全粥　300g タンドリーチキン さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)	全粥　300g 鰺の田楽焼き 焼き竹輪と大根の煮物 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)	全粥　300g 豚肉の生姜炒めD ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 白菜とﾍﾞｰｺﾝのソテー
	B定食	たらこｸﾘｰﾑｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ80 クリームソース 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売②	全粥　300g 鮭の香草焼き(80) 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	全粥　300g 鶏肉の照り焼き 春雨の金平煮 小松菜の土佐和え	全粥　300g 豚肉の卵炒め⑤ 南瓜の煮物 白菜のお浸し	全粥　300g 友禅豆腐(五) さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)	全粥　300g 鶏肉の磯辺焼き(90) 焼き竹輪と大根の煮物 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)	全粥　300g 鮭のムニエル ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 白菜とﾍﾞｰｺﾝのソテー
夕	A定食	全粥　300g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰ焼 ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ 杏仁豆腐 味噌汁(ﾅｽ・ﾈｷﾞ)	全粥　300g 赤魚の西京焼き(60 鶏そぼろと蕪の煮物 ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ)⑤ みたらし団子	全粥　300g ミートローフ ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ（マヨ） フルーツ羹(黄桃) 味噌汁(ﾜｹｷﾞ・豆麩)	全粥　300g のし鶏 野菜の甘辛炒め(D) ﾏﾁｪﾄﾞﾆｱ(ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ)ｷｳｲ 清し汁(ﾈｷﾞ・ｼﾗﾀﾏﾌ)	全粥　300g 鮭の塩焼き(60) 付）大根おろし 付)パック醤油 ﾅｽの味噌炒め⑤ あんみつ	全粥　300g 豚肉の甘辛焼き(80) ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え(小松菜) 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(豆腐)	全粥　300g 栗原はるみさん監修の 煮込みハンバーグ サイコロサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｷｬﾍﾞﾂ・ﾀﾏﾈｷﾞ)

		10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	10/17	10/18
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 鶏肉のﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮 果物(キウイ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 野菜ソテー U 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ 卵サラダ 果物(オレンジ) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g・ﾊﾞﾀｰ 鶏肉のクリーム煮 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ハムエッグ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・あんず 豚しゃぶｻﾗﾀﾞ ﾉﾝｵｲﾙﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ減塩ｺﾞﾏ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 豚肉と野菜のｿﾃｰ⑤ 果物(バナナ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)
	B定食	全粥　300g 豆腐の卵とじ(五) 果物(キウイ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	全粥　300g 鰺の塩焼き ﾔｻｲの和え物(ﾓﾔ・ｶｲﾜﾚ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	全粥　300g 土佐納豆 大根の煮物 果物(オレンジ) 牛乳	全粥　300g メバルの煮付け ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 鰯つみれの煮物 果物(オレンジ) 牛乳	全粥　300g 焼き豆腐の煮物 長芋の和え物 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜) 果物(バナナ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)
昼	A定食	けんちんうどん　160 けんちんつゆ⑤ 煮豆(金時豆) 甘酢和え (蕪・葉)	全粥　300g 黒むつのﾄﾏﾄｿｰｽ(80) ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ レタスサラダ(ﾊﾑ)	全粥　300g ホキの味噌焼き 里芋の煮物 小松菜のお浸し ふりかけ (Caｳﾒ)	全粥　300g 八宝菜 (五) 焼売③ 二色なます	全粥　300g ビビンバ (粥) 竹輪と蕪の炒め煮 フルーツカクテル	全粥　300g チキンﾋﾟｶﾀ80(ｶﾚｰ風味 花野菜サラダ ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ添え	全粥　300g ブリの照り焼き(60) さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ)T
	B定食	全粥　300g 鰆の味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き 煮豆(金時豆) 甘酢和え (蕪・葉)	全粥　300g 豚肉のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ レタスサラダ(ﾊﾑ)	ﾅﾎﾟﾘﾀﾝｽﾊﾟｹﾞﾃｨ(80) 里芋の煮物 小松菜のお浸し	卵とじきしめん 200 めんつゆ(卵とじ) 焼売③ 二色なます	全粥　300g 鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き風⑤ 竹輪と蕪の炒め煮 フルーツカクテル	全粥　300g 黒ﾑﾂの香草ﾊﾟﾝ粉焼 花野菜サラダ ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ添え	全粥　300g 牛肉ﾃﾞﾐｿｰｽ煮込み さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ)T
夕	A定食	全粥　300g ﾒﾊﾞﾙの和風ｿｰｽ⑤ 野菜の甘みそ炒め 長芋とオクラの梅和え チョコプリン	全粥　300g 鶏肉の照り焼き 春雨の金平煮 白菜の酢の物 味噌汁(ﾜｹｷﾞ・豆腐)	全粥　300g 酢どり⑤(90) 野菜の中華和え 大学芋風あんがらめ 中華ｽｰﾌﾟ(白菜)	全粥　300g 牛丼風煮(粥) 小松菜の和え物 フルーツ羹(みかん) 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ・豆腐)	全粥　300g ﾁｷﾝのパン粉焼き(H) 付）パックソース 茹なす生姜和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのエビあん	全粥　300g アカウオの塩焼(80) 付）大根おろし 付）パック醤油 里芋の煮物 ポン酢和え(ｷｭｳﾘ､ﾄﾏﾄ) 卵ｽｰﾌﾟ	全粥　300g 鶏肉のソテー(80) ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ

		10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	10/25
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ﾐﾈｽﾄﾛｰﾈ(ﾍﾞｰｺﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・あんず ハム野菜ソテー 果物(バナナ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮(ﾁｷﾝ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 南瓜と挽き肉のｽｰﾌﾟ煮 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ ハムのサラダ 果物(バナナ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾊﾟﾝ90g・あんず ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 果物(キウイ) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g・ﾊﾞﾀｰ 鶏肉と野菜のｺﾝｿﾒ煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)
	B定食	全粥　300g 五目野菜煮⑤ 温泉卵 醤油pc 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 和風炒め(ﾑｷｴﾋﾞ) 果物(バナナ) 牛乳	全粥　300g がんもと野菜の煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	全粥　300g 土佐納豆 大根とちくわの煮物 果物(オレンジ) 牛乳	全粥　300g ほっけの塩焼き 70 中華風和え物⑤(長芋) 果物(バナナ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	全粥　300g 筑前煮⑤ 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g ｲﾜｼつみれの煮物 涼拌三絲 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)
昼	A定食	全粥　300g Kシチュー⑤(ｶﾚｰ風味) ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾏﾖ)	ｽﾊﾟｹﾞﾃｨﾐｰﾄｿｰｽ(80) コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	全粥　300g ﾒﾙﾙｰｻのﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ 冬瓜のくず煮 ゆかり和え (白菜) のり佃煮Pc	全粥　300g ﾎﾟｰｸｼﾞﾝｼﾞｬｰ(P) じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し	全粥　300g 牛焼肉 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) さつま芋ｻﾗﾀﾞ	全粥　300g 鰺の梅風味照焼き 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごま和え(キャベツ⑤	五目あんかけうどん 焼売② かぶのナムル
	B定食	全粥　300g 鮭のﾚﾓﾝ焼き(60) ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾏﾖ)	全粥　300g ｳﾛｺﾏｸﾞﾛのおろし煮 コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	全粥　300g 鶏肉の香味ｿｰｽ(焼90⑤ 冬瓜のくず煮 ゆかり和え (白菜) のり佃煮Pc	全粥　300g 鰆のチーズ焼き(80) じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し	全粥　300g メバルの味噌焼き 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) さつま芋ｻﾗﾀﾞ	全粥　300g 豚肉のﾋﾟｸﾙｽｿｰｽ 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごま和え(キャベツ⑤	全粥　300g 鮭の香草焼き(80) 焼売③ かぶのナムル
夕	A定食	全粥　300g ｼﾙﾊﾞｰの磯辺焼き 炒り豆腐 なす酢味噌和え	全粥　300g 鰺の照り煮 甘酢和え(ｷｬﾍﾞ・ﾆﾝ) ロールケーキ(抹茶) 練り梅Pc	全粥　300g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と卵の和え物 ﾏﾁｪﾄﾞﾆｱ(ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ)ｷｳｲ	全粥　300g 親子煮(D) 酢の物(ｶﾌﾞ)T 手作りゼリー(ｸﾞﾚｰﾌﾟ) 味噌汁(豆腐)	全粥　300g ｻｹの野菜あんかけ(60 春雨の金平煮 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(玉葱・麩)	全粥　300g 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 大根の生姜炒め 酢味噌和え チョコプリン	全粥　300g ビーフシチューP 盛合せｻﾗﾀﾞ(ﾌﾞﾛ・ﾄﾏﾄ) ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ

		10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31	
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ポークビーンズ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g・ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ スープ煮(トリ) 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・あんず ツナサラダ(ｽｲｰﾄｺｰﾝ) ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ(ｻｳｻﾞﾝ)Pc 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g・ﾊﾞﾀｰ 南瓜のスープ煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	
	B定食	全粥　300g メバルの煮付け 煮浸し(ｺﾏﾂﾅ・ﾆﾝｼﾞﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 高野豆腐と里芋の煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	全粥　300g 卵焼(手作り) 麩の煮付 果物(バナナ) 牛乳	全粥　300g 鮭の塩焼き 50 野菜とちくわの煮物 果物(オレンジ) 牛乳	全粥　300g 和風ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂ⑤ 果物(キウイ) 牛乳	全粥　300g 炒り卵 ゆかり和え (長芋) 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	
昼	A定食	全粥　300g チキンソテー ⑤ ツナサラダ(青じそ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｶﾎﾞﾁｬ)	全粥　300g 鶏肉の生姜炒め⑤ 中華風炒り豆腐 ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え ふりかけ (Caｳﾒ)	全粥　300g 鰺の甘酢あん ⑤ 茄子の生姜炒め 和風ｻﾗﾀﾞ(ﾄﾏﾄ・ﾌﾞﾛ)	全粥　300g 松風焼き 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え(ｷｭｳﾘ・ﾂﾅ)	全粥　300g 黒むつのﾄﾏﾄｿｰｽかけ じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)	全粥　300g 鶏肉の味噌焼き 厚揚げと青菜の煮物 白菜のお浸し⑤	
	B定食	全粥　300g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)ｶﾚｰ風味焼 ツナサラダ(青じそ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｶﾎﾞﾁｬ)	きつねうどん(200) めんつゆ(温) 中華風炒り豆腐(ｴﾋﾞ) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え	全粥　300g 豚肉の照り焼 茄子の生姜炒め 和風ｻﾗﾀﾞ(ﾄﾏﾄ・ﾌﾞﾛ)	全粥　300g ｱｶｳｵの酒蒸し 付）パック醤油 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え(ｷｭｳﾘ・ﾂﾅ) ふりかけ (Caｳﾒ)	全粥　300g チキンソテー じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)	全粥　300g ﾀﾗの香草ﾊﾟﾝ粉焼 付）パックソース 厚揚げと青菜の煮物 白菜のお浸し⑤	
夕	A定食	全粥　300g 蟹玉 春雨ｻﾗﾀﾞ(ﾑｼﾄﾞﾘ) 杏仁豆腐	全粥　300g 赤魚の西京焼き(60 豚肉と大根の炒め物 ポテトサラダ(ﾏﾖ) 味噌汁(ﾜｹｷﾞ・豆麩)	全粥　300g コロッケD(焼 付）パックソース ｶｸﾃﾙｻﾗﾀﾞ(ﾋﾞｰﾝｽﾞ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｺﾏﾂﾅ・ﾆﾝｼﾞ	全粥　300g シルバーのﾚﾓﾝ焼き 春雨のさっと煮T あんみつ 味噌汁(玉葱・麩)	全粥　300g 麻婆豆腐⑤ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ もやしナムル 中華ｽｰﾌﾟ(卵)	行事食献立 お楽しみに！	

＊ 献立は都合により変更させていただくことがございます。