

10月 献立表

ショート(A)						
令和08年10月01日(木)	令和08年10月02日(金)	令和08年10月03日(土)	令和08年10月04日(日)	令和08年10月05日(月)	令和08年10月06日(火)	令和08年10月07日(水)
黒糖ロール スクランブルエッグ マカロニサラダ コンソメスープ(冬瓜・コーン) 乳酸菌飲料	御飯(160) 炒り豆腐 いんげんのごま醤油和え みそ汁(畑菜・おつゆ麴) ジョア	御飯(160) ちくわと白菜の治部煮 オクラの生姜和え みそ汁(じゃが芋・葱) 牛乳	御飯(160) 魚肉ソーセージとピーマンの炒め煮 ほうれん草のかにかま和え みそ汁(おつゆ麴・若布) 乳酸菌飲料	御飯(160) 白菜とウインナーのコンソメ煮 いんげんのくるみ和え みそ汁(かぼちゃ・油揚げ) 牛乳	御飯(160) 里芋と角天の含め煮 オクラのお浸し みそ汁(豆腐・ねぎ) ヨーグルト	御飯(160) がんもの煮物 キャベツと若布の和え物 みそ汁(南瓜・大根葉) 牛乳
御飯(160) さばの煮付け 厚揚げのくず煮 小松菜のごま和え みそ汁(さつま芋・葱)	御飯(160) 松風焼き 里芋の煮物 もやしのごま酢和え お吸物(豆腐・葱)	御飯(160) ポークチャップ スパゲティーサラダ フルーツ缶(白桃) コンソメスープ(畑菜・コーン)	ゆかり御飯 バサの照り焼き 肉じゃが ブロッコリーのサラダ みそ汁(卵)	キーマカレー フレンチサラダ 香の物(福神漬) パインムース	御飯(160) お好み焼き風たまご焼き ブロッコリーのかにあんかけ 苺ゼリー 中華スープ(春雨・貝割れ)	御飯(160) ミートローフ ツナと青梗菜のソテー カリフラワーサラダ お吸物(素麺・葱)
和風パンケーキ黒糖きなこ	どら焼きカスタード	きみしぐれ	ドームケーキチョコ	味噌饅頭	☆チョコレート蒸しパン	おかききな粉
御飯(160) 回鍋肉 かにしゅうまい 春雨サラダ	御飯(160) バサの野菜あんかけ 牛蒡とあさりの炒め煮 大根の甘酢漬け	御飯(160) 赤魚のおろし煮 なすのみそ炒め 青梗菜のポン酢和え	御飯(160) 鶏肉のタルタルソース もやしのソテー 浅漬け(きゅうり)	御飯(160) 豆腐ハンバーグ かぶとつみれの炊き合わせ なすの和風サラダ	御飯(160) ぶり大根 人参しりしり 白菜の中華サラダ	御飯(160) ホキの香味焼き もやしのソテー ほうれん草の胡麻和え
令和08年10月08日(木)	令和08年10月09日(金)	令和08年10月10日(土)	令和08年10月11日(日)	令和08年10月12日(月)	令和08年10月13日(火)	令和08年10月14日(水)
レーズンブレッド オムレツ ブロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ(玉葱・しめじ) ジョア	御飯(160) 野菜つみれの煮物 春菊の和え物 みそ汁(もやし・ねぎ) ヨーグルト	御飯(160) 里芋の煮物 ほうれん草の磯和え みそ汁(もやし・若布) 牛乳	御飯(160) がんもと冬瓜の煮物 ブロッコリーのごま和え みそ汁(おつゆ麴・かぶ葉) 牛乳	御飯(160) 野菜炒め 温泉卵 みそ汁(畑菜・うずまき麴) ジョア	御飯(160) 大根と鶏肉の煮物 いんげんのピーナッツ和え みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳	御飯(160) 厚揚げの甘辛煮 オクラの和風サラダ みそ汁(冬瓜・長葱) 乳酸菌飲料
えびちらし寿司 豚肉と茄子の炒め物 オレンジゼリー お吸い物(花麴・えのき) ロールケーキ	御飯(160) 赤魚の和風ムニエル 大根とさつま揚げの煮物 フルーツ缶(白桃) みそ汁(さつま芋・玉葱) ☆抹茶蒸しパン	御飯(160) バサのバター醤油焼き かぶと油揚げの含め煮 青梗菜の和え物 みそ汁(じゃが芋・大根葉) ドームケーキカスタード	御飯(160) 豚肉のゆず醤油炒め 竹輪としろなの煮びたし なすの中華和え みそ汁(豆腐・葱) 炭酸饅頭	御飯(160) たらの南蛮漬け 豚肉と蓮根のみそ炒め フルーツ缶(黄桃) お吸物(とろろ・オクラ) クレープ苺	栗ごはん 揚げ豆腐の野菜あん 冬瓜の生姜煮 小松菜のお浸し みそ汁(もやし・うずまき麴) ずんだどら焼き	御飯(160) さばのしそ風味焼き なすの炒め物 フルーツ缶(みかん) お吸い物(青梗菜・うずまき麴) 酒饅頭
御飯(160) かれのいの煮付け レバー炒め 小松菜とえのきの和え物	御飯(160) 豚肉のにんにく醤油炒め かぼちゃの甘煮 きゅうりの酢の物	御飯(160) チキンカツ あさりとカリフラワーのコンソメ煮 アスパラサラダ	御飯(160) ふくさ焼き ふろふき大根 浅漬け(白菜)	御飯(160) ハンバーグ ポトフ ブロッコリーサラダ	御飯(160) メルルーサの味噌焼き さつま芋の煮物 畑菜のわさび和え	御飯(160) 鶏肉のチーズ焼き 里芋の煮ころがし ほうれん草の和え物
令和08年10月15日(木)	令和08年10月16日(金)	令和08年10月17日(土)	令和08年10月18日(日)	令和08年10月19日(月)	令和08年10月20日(火)	令和08年10月21日(水)
バターロール いちごジャム オムレツ コールスローサラダ コーンスープ 牛乳	御飯(160) 鯖の味噌煮 しろなと蒲鉾の煮浸し みそ汁(じゃが芋・葱) ジョア	御飯(160) 納豆 チンゲン菜炒め みそ汁(里芋・葱) 乳酸菌飲料	御飯(160) だし巻き卵 きゅうりのごま醤油和え みそ汁(しめじ・かぶ葉) 牛乳	御飯(160) じゃが芋とちくわの煮物 青梗菜のお浸し みそ汁(玉葱・うずまき麴) ヨーグルト	御飯(160) とりつくね 白菜の海苔和え みそ汁(若布・玉葱) 乳酸菌飲料	御飯(160) あんかけ五目玉子 カリフラワーの辛子マヨ和え みそ汁(しろな・人参) 牛乳
御飯(160) 豚肉のしぐれ煮 あさりと青梗菜の炒め物 白菜の和え物 みそ汁(かぶ・かぶ葉)	ご当地献立【山梨】 ほうとう 里芋のそぼろあんかけ かぶのゆず和え ぶどうゼリー	御飯(160) かに入り卵焼き和風あんかけ ひじきの煮物 ブロッコリーのサラダ みそ汁(白菜・えのき)	御飯(160) たらのトマトソースかけ もやしのカレーソテー バナナムース コンソメスープ(玉葱・コーン)	御飯(160) 鶏肉の柚子醤油ソース ごぼうの炒り煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(卵)	御飯(160) 豚肉と玉葱の炒めもの さつま揚げとかぶの煮物 ブロッコリーサラダ みそ汁(かぼちゃ・長葱)	しらすのちらし寿司 【温】ベーコンとキャベツの炒め物 ☆フルーツヨーグルト③ お吸物(葱・花麴)
焼きドーナツ	芋ようかん	吹雪まんじゅう	スイスロール(モカ)	ケーキ盛り合わせ	セレクトおやつ	☆かぼちゃ蒸しパン
御飯(160) たらの西京焼き なすの揚げ浸し 三色和え	御飯(160) 千草焼き ひじきの五目炒り煮 白菜のからし和え	御飯(160) バサの七味焼き 五目豆腐 春雨サラダ	御飯(160) 鶏肉の塩麹焼き なすの含め煮 さつま芋サラダ	御飯(160) カレイの生姜煮 豚バラ大根 小松菜の和え物	御飯(160) さわらの煮付け れんこんの煮物 ほうれん草としめじのおかか和え	御飯(160) 白身魚のフライ えびとアスパラの炒め物 かつおおかか
令和08年10月22日(木)	令和08年10月23日(金)	令和08年10月24日(土)	令和08年10月25日(日)	令和08年10月26日(月)	令和08年10月27日(火)	令和08年10月28日(水)
黒糖ロール チキンオムレツ ポテトサラダ クリームポタージュ 乳酸菌飲料	御飯(160) がんもの煮物 大根の梅おかか和え みそ汁(うまい菜・えのき) 牛乳	御飯(160) 炒り豆腐 オクラとしらすの和え物 みそ汁(里芋・葱) ヨーグルト	御飯(160) じゃが芋のそぼろ煮 青菜のお浸し みそ汁(大根・うずまき麴) ジョア	御飯(160) 角天の煮物 しらすと青菜の生姜和え みそ汁(もやし・わかめ) 牛乳	御飯(160) 納豆 大根の炒り煮 みそ汁(畑菜・うずまき麴) ヨーグルト	御飯(160) とりつくね さつま芋サラダ みそ汁(玉葱・若布) 牛乳
御飯(160) 肉豆腐 えびしゅうまい しろなのわさび和え みそ汁(チンゲン菜・椎茸)	中華丼 かぶの含め煮 ピーチゼリー みそ汁(うまい菜・麴)	御飯(160) 豚肉の生姜焼き かぼちゃの甘煮 きゅうりと若布の和え物 みそ汁(豆腐・大根葉)	やきそば 唐揚げ カリフラワーの甘酢漬け コンソメスープ(卵)	御飯(160) ホキの煮付け さつまいものレモン煮 しろなの和え物 みそ汁(豆腐・葱)	御飯(160) 麻婆豆腐 チンゲン菜のナムル 杏仁ムース 中華スープ(春雨・若布)	御飯(160) 赤魚の照り焼き 里芋の煮物 小松菜のわさび和え みそ汁(かぶ・大根葉)
かすてら饅頭	おかきのり塩味	バームクーヘン	レモンケーキ	☆蒸しパン	和風パンケーキ抹茶	焼きドーナツ
御飯(160) たらのマスタード焼き 里芋の土佐煮 ほうれん草のなめたけ和え	御飯(160) チキンピカタ いんげんのソテー マカロニサラダ	御飯(160) バサのみりん焼き 白菜の煮浸し うぐいす豆	御飯(160) さばの味噌煮 ハムともやしの炒め物 小松菜のごま和え	御飯(160) 鶏肉のごま醤油焼き なすの含め煮 浅漬け(きゅうり)	御飯(160) 鶏肉の南部焼き 竹輪とごぼうの旨煮 もやしのおかか和え	御飯(160) 和風卵焼き レバー炒め 白菜ときのこの和風和え
令和08年10月29日(木)	令和08年10月30日(金)	令和08年10月31日(土)				
レーズンブレッド えびの卵とじ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ(冬瓜・しめじ) 乳酸菌飲料	御飯(160) さつま揚げの甘辛煮 小松菜のおかか和え みそ汁(南瓜・葱) 牛乳	御飯(160) ミートボール 大根の柚子風味和え みそ汁(青梗菜・うずまき麴) ジョア				
御飯(160) ポークチャップ じゃが芋の煮物 マスカットゼリー コンソメスープ(人参・コーン)	御飯(160) さばの山椒煮 れんこんの煮物 かぶの塩昆布和え みそ汁(うまい菜・椎茸)	海老ピラフ かぼちゃとチーズのつつみあげ マロンババロア パンプキンスープ				
人形焼き	どら焼き	マドレーヌ				
御飯(160) たらのバターポン酢焼き かぼちゃの煮物 しろなのわさび和え	御飯(160) 鶏肉のデミグラスソースかけ マカロニのソテー キャベツのサラダ	御飯(160) 赤魚のみりん焼き ひじきの煮物 白菜のお浸し				