

平成29年 10月予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	デザート	
15	日	朝	ご飯	ハムと野菜のチーズ焼き	根菜の炒め物	みそ汁	-
		昼	小松菜と豚肉の和風スパゲティ		卵サラダ	野菜スープ	小豆ミルクプリン
		夕	ご飯	白身魚の南蛮漬け	ツナと大根の煮物	みそ汁	バナラミルクプリン
16	月	朝	ご飯	目玉焼き	炒り鶏	みそ汁	-
		昼	ご飯	鯖の塩麹焼き	野菜の胡麻和え	みそ汁	苺ミルクプリン
		夕	ご飯	油淋鶏	切干大根のナムル	中華風卵スープ	パイン寒
17	火	朝	パン	ソーセージポトフ	-	クリームスープ	バナナ
		昼	鶏肉の照り焼き丼		ひじきのサラダ	わかめスープ	飲むヨーグルト
		夕	ご飯	サゴシの西京味噌焼き	おかか和え	すまし汁	ミルクプリン ラズベリーソース
18	水	朝	ご飯	納豆	豚バラ蓮根いため	みそ汁	-
		昼	五目ご飯	千草焼き	海藻サラダ	みそ汁	黒蜜きなこプリン
		夕	ご飯	ささみの梅しそフライ	青菜の香味和え	胡麻みそ汁	フルーツミルクプリン
19	木	朝	ご飯	鯷の開き	切干大根の煮物	みそ汁	-
		昼	チキンときのこのクリームスパゲティ		グリーンサラダ	ミネストローネ	ジョア/かき
		夕	ご飯	すき煮風肉豆腐	たらこサラダ	みそ汁	ピーチババロア
20	金	朝	ご飯	切干大根入り厚焼き玉子	根菜のきんぴら	みそ汁	-
		昼	ご飯	鯉と大豆のごま味噌がらめ	キャベツのお浸し	けんちん汁	ナタデココゼリー
		夕	ご飯	鶏の甘酢あんかけ	もやしの中華和え	みそ汁	ココナッツミルクプリン
21	土	朝	テイクアウト				
		昼	ビビンバ丼		春巻き	中華風卵スープ	牛乳/キウイ
		夕	ご飯	カジキの幽庵焼き	ポテトサラダ	みそ汁	苺ババロア
22	日	朝	ご飯	ハムピカタ	蓮根のきんぴら	みそ汁	-
		昼	五目炒飯		じゃが芋と隠元のツナマヨ和え	春雨スープ	メープルプリン
		夕	ご飯	ホキのフライ タルタルソース	青菜の和え物	みそ汁	クリームチーズゼリー
23	月	朝	ご飯	巣ごもり卵	小松菜のじゃこ炒め	みそ汁	-
		昼	ご飯	タンドリーチキン	ポテトサラダ	野菜スープ	黒ゴマプリン
		夕	ご飯	鯛の生姜煮	キャベツのお浸し	みそ汁	バナナババロア
24	火	朝	バタートースト	スパニッシュオムレツ	-	野菜スープ	牛乳
		昼	ご飯	鯷の胡麻揚げ	青菜としらたきの炒め物	みそ汁	ミルクプリン マンゴーソース
		夕	ご飯	手羽元の煮物	揚げだし豆腐	みそ汁	抹茶プリン
25	水	朝	ご飯	肉じゃが	小松菜と油揚げの煮物	みそ汁	-
		昼	栗ご飯	鶏の味噌漬け焼き	ゆかり和え	かきたま汁	牛乳/りんご
		夕	秋刀魚のかば焼き丼		青菜の胡麻和え	みそ汁	みかん寒
26	木	朝	パン	青菜のキッシュ	クリーム煮	-	ジョア
		昼	中華丼		千切り野菜のナムル	酸辣湯	杏仁豆腐
		夕	ご飯	白身魚の和風あんかけ	もやしのごま酢和え	みそ汁	小豆ミルクプリン
27	金	朝	ご飯	豚肉と切干大根のエスニック炒め	五目豆	みそ汁	-
		昼	ご飯	鮭のちゃんちゃ焼き	小松菜とコーンのサラダ	すまし汁	抹茶プリン
		夕	ご飯	ハンバーグ デミグラスソース	人参サラダ	コーンスープ	オレンジ
28	土	朝	パン	ハム野菜ソテー	きのこの炒め物	野菜スープ	-
		昼	文化祭テイクアウト(おにぎり2種、唐揚げ、青菜の磯辺和え、玉子焼き、ブロッコリー、ミニトマト、お茶)				
		夕	プルコギ丼		コンビネーションサラダ	中華風卵スープ	チョコプリン
29	日	朝	ご飯	目玉焼き	かみかみふりかけ	みそ汁	-
		昼	五目そばろご飯		海藻サラダ	みそ汁	フルーツヨーグルト
		夕	ご飯	鯖のカレー唐揚げ	春雨の和え物	野菜スープ	ミルクティプリン
30	月	朝	ご飯	ソーセージソテー	白菜と油揚げの煮浸し	みそ汁	-
		昼	ご飯	豚の生姜焼き	ポテトきんぴら	みそ汁	ミルク寒 苺ソース
		夕	ご飯	チキンときのこのオイスター炒め	マセドアンサラダ	かきたま汁	ブラマンジェ 黄桃ソース
31	火	朝	ご飯	塩鮭	大豆とじゃこの甘辛炒め	みそ汁	-
		昼	ハヤシライス		コンビネーションサラダ	野菜スープ	牛乳/ハロウィンカップケーキ
		夕	ご飯	手作りさつま揚げ	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	ミルク寒 ブルーベリーソース

※献立は食材等の都合により、変更することがあります。