

平成30年10月献立表(後半)

16	火	朝	パン	野菜のキッシュ	-	クリームスープ	飲むヨーグルト
		昼	鶏肉の照り焼き丼	ひじきのサラダ	わかめスープ	オレンジ/牛乳	
		夕	ご飯	白身魚の揚げおろし煮	白菜の和え物	みそ汁	黒ゴマプリン
17	水	朝	ご飯	豚肉と小松菜の卵とじ	信田煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	鰹と大豆の胡麻味噌がらめ	キャベツのお浸し	すまし汁	牛乳
		夕	ご飯	鶏肉のたらこマヨネーズ焼き	ツナサラダ	野菜スープ	練乳ミルクプリン
18	木	朝	ご飯	焼き鮭	きんぴらごぼう	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	キウイ/牛乳	
		夕	ご飯	豚肉のネギみそ焼き	もやしのナムル	すまし汁	
19	金	朝	パン	スクランブルエッグ	野菜のソテー	野菜スープ	-
		昼	ご飯	豚のみそ漬け焼き	海藻サラダ	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	プルコギ風炒め	春雨サラダ	中華スープ	ココナッツミルクプリン
20	土	朝	ご飯	さつま揚げの卵とじ	小松菜の煮浸し	みそ汁	-
		昼	ソース焼きそば	10品目サラダ	酸辣湯	杏仁豆腐	
		夕	ご飯	豚肉の味噌漬け焼き	ごま和え	すまし汁	カラメルミルクプリン
21	日	朝	ご飯	肉じゃが	春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	ピザトースト	ジャーマンポテト	野菜スープ	牛乳	
		夕	ご飯	ホキの揚げおろし煮	ゆかり和え	みそ汁	苺ヨーグルトプリン
22	月	朝	ご飯	ホッケー夜干し	切り干し大根の煮物	みそ汁	-
		昼	ご飯	鯖の味噌煮	大根のそぼろあんかけ	すまし汁	牛乳
		夕	ご飯	鶏肉のネギ塩焼き	ひじきサラダ	かきたま汁	フルーツヨーグルト
23	火	朝	ご飯	鯖の文化干し	ごぼうと白滝の炒めもの	みそ汁	-
		昼	ご飯	鮭の幽庵焼き	切り干し大根のナムル	芋煮(山形風)	牛乳
		夕	ご飯	豚キムチ炒め	もやしとハムの和え物	中華スープ	マンゴープリン
24	水	朝	パン	ベーコンエッグ	-	野菜スープ	カップヨーグルト
		昼	ご飯	ミートローフ	シーザーサラダ	野菜スープ	ジョア
		夕	リクエスト献立				
25	木	朝	ご飯	納豆	筑前煮	みそ汁	-
		昼	味噌ラーメン	手羽先のから揚げ	-	ぶどうゼリー/牛乳	
		夕	ご飯	豚肉の和風おろしソース	ツナと白菜の煮物	みそ汁	小豆ミルクプリン
26	金	朝	バタートースト	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	バナナ
		昼	きのこご飯	手作りさつま揚げ	にんじんしりしり	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	鶏肉のバター照り焼き	マセドアンサラダ	洋風卵スープ	プラマンジェ ラズベリーソース
27	土	朝	ご飯	笹かまのマヨネーズ焼き	大豆とじゃこの甘辛炒め	みそ汁	-
		昼	文化祭テイクアウト(おにぎり2種、から揚げ、磯部和え、卵焼き、スナックエンドウ、ミニトマト、お茶)				
		夕	プルコギ丼	わかめのナムル	中華スープ	クリームチーズゼリー	
28	日	朝	ご飯	目玉焼き	かみかみふりかけ	みそ汁	-
		昼	親子丼	キャベツのお浸し	すまし汁	抹茶プリン	
		夕	ご飯	豚肉のオイスター炒め	もやしの胡麻和え	わかめスープ	りんごゼリー
29	月	朝	パン	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	カップヨーグルト
		昼	ご飯	秋刀魚のかば焼き	おかか和え	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	鮭のマッシュポテト焼き	グリーンサラダ	野菜スープ	抹茶プリン
30	火	朝	ご飯	納豆	筑前煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	豚バラポン酢炒め	ツナサラダ	かきたま汁	牛乳
		夕	ご飯	ささみの梅しそフライ	ごぼうサラダ	みそ汁	マンゴープリン
31	水	朝	ご飯	炒り豆腐	切り干し大根の煮物	みそ汁	-
		昼	パンプキンドライカレー	コールスローサラダ	-	ハロウィンカップケーキ/牛乳	
		夕	ご飯	デミグラスハンバーグ	グリーンサラダ	野菜スープ	ミルクプリン ラズベリーソース

※献立は、食材の都合等により変更する場合があります。