

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5		
朝食 昼食 夕食 3時	 10月 のこんだて 大今里ケアホーム 月間献立表 入所 令和6年10月1日～10月31日		レーズンドッグ マカロニサラダ 牛乳 ~ご当地・石川県~ 米飯 鶏肉の治部煮風 しろ菜のごま和え パイン いとこ汁 ふりかけ 	ミルクツイスト 小松菜の煮浸し 牛乳 米飯 ホキのガーリック焼き 野菜のマリネ風 みかん缶 コンスープ ふりかけ	カスタードクリームパン キャベツとソーセージの煮込み 牛乳 米飯 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのくるみ和え 白桃缶 味噌汁 ふりかけ	抹茶リング 菜の花の和え物 牛乳 五日鶏寿司 炒り豆腐 パイン缶 赤だし	ミニ山シュガー スパゲティサラダ 牛乳 米飯 サバの塩焼き がんもの含め煮 オレンジ 味噌汁 ふりかけ		
			米飯 柿の生姜煮 チンゲン菜のポン酢和え 味噌汁 漬物 イチゴクレープ 紅茶	米飯 牛肉の柳川風煮 ほうれん草のドレッシング和え 清汁 漬物 牛乳ケーキ コーヒー	米飯 サワラのごまだれ焼き 白菜の煮浸し 清汁 漬物 豆乳まんじゅう お茶	米飯 シルバーの煮つけ 小松菜の和え物 清汁 漬物 チョコマフィン コーヒー	米飯 豚肉の中華煮 もやしのゴマ酢和え 清汁 漬物 レモンケーキ 紅茶		
			6 いちごジャムパン 春菊の煮びたし 牛乳 米飯 鶏肉のきのこあんかけ ビーフン炒め キウイ 味噌汁 ふりかけ	7 シュガーバターコップ しろ菜の和え物 牛乳 菜飯 にゅうめん 蓮根の甘辛炒め みかん缶 	8 抹茶ツイスト 白菜サラダ 牛乳 米飯 白身フライ ブロッコリーサラダ パイン コンソメスープ ふりかけ	9 ショコラツイスト 大根の和え物 牛乳 米飯 海老チリソース 春雨のドレッシング和え バナナ 中華スープ ふりかけ 	10 シュガーバターコップ ブロッコリーの胡麻和え 牛乳 米飯 肉じゃが 菜の花のくるみ和え オレンジ 味噌汁 ふりかけ	11 チョコカスター 小松菜の煮浸し 牛乳 米飯 シルバーのかば焼き ひじき煮付け マンゴー缶 味噌汁 ふりかけ	12 ミニ山シュガー さつま芋サラダ 牛乳 米飯 鶏肉のマヨネーズ焼き チンゲン菜のソテー 黄桃缶 清汁 ふりかけ
			13 黒糖ミルク ポテトサラダ 牛乳 米飯 豚骨ラーメン インゲンの和え物 みかん缶 ふりかけ 	14 いちごジャムパン 春菊と湯葉の煮びたし 牛乳 米飯 シルバーの幽庵焼き 茄子の揚げ浸し キウイ 味噌汁 ふりかけ 	15 レーズンドッグ カリフラワーのドレッシング和え 牛乳 米飯 牛肉の甘辛炒め 切干大根のサラダ 黄桃缶 味噌汁 ふりかけ	16 ミニショコラツイスト しろ菜の和え物 牛乳 米飯 鶏卵うどん 菜の花の明太マヨ みかん缶 ふりかけ	17 黒糖ミルク キャベツサラダ 牛乳 米飯 麻婆茄子 チンゲン菜の中華和え バナナ 中華スープ ふりかけ	18 ストロベリーツイスト スパゲティサラダ 牛乳 米飯 アジのレモン風味焼き ブロッコリーのサラダ パイン 清汁 ふりかけ	19 ミニ山シュガー 小松菜の炒め煮 牛乳 米飯 サーモンフライ いんげんのごま醤油和え みかん缶 清汁 ふりかけ
20 はちみつブンブン チンゲン菜のコンソメ煮 牛乳 米飯 青椒肉絲 (チンジャオロース) 拌三絲 (ハンサンサー) 白桃缶 清汁 ふりかけ	21 黒糖ロール ポテトサラダ 牛乳 米飯 煮込みハンバーグ コールスローサラダ パイン缶 コンスープ ふりかけ	22 ミニ山シュガー 白菜の和え物 牛乳 キーマカレー カリフラワーのドレッシング和え キウイ 福神漬 らっきょ 	23 ミニ抹茶ツイスト マカロニサラダ 牛乳 米飯 ポークチャップ風 春雨サラダ マンゴー缶 味噌汁 ふりかけ	24 カスタードリング 小松菜のごま醤油和え 牛乳 米飯 タラのムニエル チンゲン菜のソテー オレンジ パンプキンスープ ふりかけ	25 シュガーバターコップ ほうれん草の和え物 牛乳 豚丼 カリフラワーサラダ パイン 味噌汁 	26 はちみつぶんぶん アスパラのサラダ 牛乳 米飯 鶏肉の味噌バター焼 きゅうりナムル風 バナナ 味噌汁 ふりかけ			
27 ショコラロール ブロッコリーの柚子醤油和え 牛乳 ~お誕生日会~ エビピラフ 豚カツ ほうれん草のごま醤油和え フルーツミックス コンソメスープ 	28 シュガーバターコップ マカロニサラダ 牛乳 米飯 牛肉の香味焼き しろ菜の青じそ和え みかん缶 味噌汁 ふりかけ	29 チョコカスター チンゲン菜の和え物 牛乳 米飯 鶏肉のシチュー アスパラのドレッシング和え キウイ ふりかけ	30 カスタードリング ストップエンドとウインナーのソテー 牛乳 米飯 シルバーの煮つけ 小松菜と竹輪の炒め物 パイン缶 清汁 ふりかけ	31 黒糖ロール インゲンのサラダ 牛乳 米飯 ~ハロウィン~ 北海道産がらみチーズの包み揚げ シーザーサラダ 黄桃缶 コンソメスープ ふりかけ 	※献立はやむを得ず変更することがあります。 予めご了承下さい。 				
米飯 柿の山椒焼き 金平ごぼう 味噌汁 漬物 お誕生日ケーキ コーヒー 	米飯 白身魚の香草パン粉焼き 春菊の和え物 清汁 漬物 しょとりプチケーキ 紅茶	米飯 柿のポテト焼き カリフラワーのごま和え 清汁 漬物 バナナクレープ コーヒー	米飯 お好み焼き 菜の花の和え物 味噌汁 漬物 うさぎまんじゅう お茶	米飯 柿の照り煮 蓮根のきんぴら 清汁 漬物 かぼちゃマフィン コーヒー					