

2024年10月メニュー

NO.1 10月(4・10・16・22・28日)										NO.2 10月(5・11・17・23・29日)										NO.3 10月(6・12・18・24・30日)																					
小	中	大	乳	卵	小麦	そば	豆	魚	肉	野菜	果	きの	か	小	中	大	乳	卵	小麦	そば	豆	魚	肉	野菜	果	きの	か	小	中	大	乳	卵	小麦	そば	豆	魚	肉	野菜	果	きの	か

朝食																																					
★白身魚フライ										★チキンナゲット										★クロquette																	
スクランブルエッグ										★オムレツ										★甘酢肉団子																	
ひじき煮										きんぴら(手作り)										切干大根																	
スパゲティーサラダ										ポテトサラダ										マカロニサラダ																	
こぼろの味噌汁										玉ねぎの味噌汁										白菜の味噌汁																	
千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①																	
枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②																	
ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③																	
納豆										納豆										納豆																	
漬物										漬物										漬物																	
海苔佃煮										海苔佃煮										海苔佃煮																	
ご飯										ご飯										ご飯																	
漬パン										漬パン										漬パン																	
ジャム										ジャム										ジャム																	

昼食																																					
ベジタブルピラフ										ひじきご飯										きのこピラフ																	
★メンチカツ										★アジフライ										★コーンフライ																	
★がんもどきの煮物										野菜と豚肉の味噌炒め										ツナと野菜の炒め																	
こぼろのサラダ										豆のサラダ										花野菜のサラダ																	
コーン入り中華スープ										わかめスープ										青菜の塩まし汁																	
プリン										ゼリー(ぶどう&りんご)										舌にフルーツ																	
千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①																	
枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②																	
ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③																	
漬物										漬物										漬物																	
海苔佃煮										海苔佃煮										海苔佃煮																	
ご飯										ご飯										ご飯																	

夕食																																					
塩焼きそば										和風ツナスパゲティ										ソース焼きそば																	
大豆ミートのキーマカレー										豆乳シチュー										ハヤシライス																	
★照焼きハンバーグ										野菜とチキンの中華煮										野菜とチキンのトマト煮																	
キャベツのペペロンソテー										白菜のうま煮										★蒸し焼売																	
かぼちゃの煮物										こぼろのサラダ										豆のサラダ																	
★ミニたい焼き										★パンとみかん缶										★フチクレープ(イチゴ)																	
千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①																	
枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②																	
ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③																	
漬物										漬物										漬物																	
海苔佃煮										海苔佃煮										海苔佃煮																	
ご飯										ご飯										ご飯																	

調味料(朝食・昼食・夕食 共通)																																					
フレンチドレッシング										フレンチドレッシング										フレンチドレッシング																	
重しホドレッシング										重しホドレッシング										重しホドレッシング																	
しょうゆ										しょうゆ										しょうゆ																	
ソース										ソース										ソース																	
マヨネーズ										マヨネーズ										マヨネーズ																	
ケチャップ										ケチャップ										ケチャップ																	

NO.4 10月(1・7・13・19・25・31日)										NO.5 10月(2・8・14・20・26日)										NO.6 10月(3・9・15・21・27日)									
-------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

朝食																																					
★白身魚フライ										★チキンナゲット										★クロquette																	
スクランブルエッグ										★オムレツ										★甘酢肉団子																	
ひじき煮										きんぴら(手作り)										切干大根																	
スパゲティーサラダ										ポテトサラダ										マカロニサラダ																	
こぼろの味噌汁										玉ねぎの味噌汁										白菜の味噌汁																	
千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①																	
枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②																	
ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③																	
納豆										納豆										納豆																	
漬物										漬物										漬物																	
海苔佃煮										海苔佃煮										海苔佃煮																	
ご飯										ご飯										ご飯																	
漬パン										漬パン										漬パン																	
ジャム										ジャム										ジャム																	

昼食																																					
ベジタブルピラフ										ひじきご飯										きのこピラフ																	
★メンチカツ										★アジフライ										★コーンフライ																	
★がんもどきの煮物										野菜と豚肉の味噌炒め										ツナと野菜の炒め																	
こぼろのサラダ										豆のサラダ										花野菜のサラダ																	
コーン入り中華スープ										わかめスープ										青菜の塩まし汁																	
★プリン										★ゼリー(ぶどう&りんご)										★舌にフルーツ																	
千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①																	
枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②																	
ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③																	
漬物										漬物										漬物																	
海苔佃煮										海苔佃煮										海苔佃煮																	
ご飯										ご飯										ご飯																	

夕食																																					
塩焼きそば										和風ツナスパゲティ										ソース焼きそば																	
大豆ミートのキーマカレー										豆乳シチュー										ハヤシライス																	
★照焼きハンバーグ										野菜とチキンの中華煮										野菜とチキンのトマト煮																	
キャベツのペペロンソテー										白菜のうま煮										★蒸し焼売																	
かぼちゃの煮物										こぼろのサラダ										豆のサラダ																	
★ミニたい焼き										★パンとみかん缶										★フチクレープ(イチゴ)																	
千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①										千切りキャベツ サラダ①																	
枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②										枝豆 サラダ②																	
ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③										ヤングコーン サラダ③																	
漬物										漬物										漬物																	
海苔佃煮										海苔佃煮										海苔佃煮																	
ご飯										ご飯										ご飯																	

調味料(朝食・昼食・夕食 共通)																																					
フレンチドレッシング										フレンチドレッシング										フレンチドレッシング																	
重しホドレッシング										重しホドレッシング										重しホドレッシング																	
しょうゆ										しょうゆ										しょうゆ																	
ソース										ソース										ソース																	
マヨネーズ										マヨネーズ										マヨネーズ																	
ケチャップ										ケチャップ										ケチャップ																	

※食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
 ※アレルギー表示は、「小麦・卵・乳・そば・落花生・くまみ・えび・かに」について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。
 ※★のメニューはひとり一人あたりの数量制限させていただきます。