

献立表

現場：さんとびあ極原
献立種類：常食（個別献立）
期間：2024/10/1～2024/10/31

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
朝食			パンセット 春雨サラダ 牛乳 洋梨缶	パンセット マカロニサラダ ヨーグルト 白桃缶	パンセット さつま芋サラダ 牛乳 白桃缶	ロールパン スクランブルエッグ 牛乳 白桃缶	パンセット チンゲン菜炒め煮 ヨーグルト りんご缶
昼食			牛丼 だし巻き卵 すまし汁 リンゴ缶	ごはん かに玉風オムレツ インゲンマヨ和え 味噌汁 白桃缶	ごはん ホキのマヨ焼き 青梗菜お浸し かき卵スープ フルーツカゲル缶	カレー マカロニサラダ 福神漬け フルーツカゲル缶	ごはん ポトフ ほうれん草のごま和え みかん缶
夕食			ごはん 白身魚のフライ コンソメ煮 春雨ごま和え	ごはん 鶏と豆腐の揚げ出し パンキンサラダ ブロッコリーの和え物	ごはん 豚のきのこ炒め ごまドレ和え 炒り豆腐	ごはん 親子煮 はんぺん磯部揚げ 焼き茄子胡麻和え	ごはん 麻婆豆腐 煮豆 小松菜ごま和え
3時			コーヒーゼリー 緑茶	さつまいもカップケーキ 緑茶	杏仁豆腐 緑茶	桃ゼリー 緑茶	紅白饅頭 緑茶
	6	7	8	9	10	11	12
朝食	パンセット 菜の花とキャベツお浸し 牛乳 白桃缶	パンセット スパゲティサラダ 牛乳 白桃缶	パンセット マカロニサラダ 牛乳 黄桃缶	パンセット 高野豆腐の玉子とじ ヨーグルト リンゴ缶	パンセット スクランブルエッグ 牛乳 黄桃缶	パンセット ナポリタン 牛乳 リンゴ缶	パンセット かきサラダ ヨーグルト 白桃缶
昼食	ごはん サワラのかば焼き キャベツの中華煮 味噌汁 フルーツカゲル缶	ごはん 煮込みハンバーグ ナポリタン コンソメスープ 黄桃缶	炊き込みごはん とり天 豆腐の卵とじ 清汁 白桃缶	ごはん 白身魚の天ぷら ゴマサラダ（さつま芋） 味噌汁 白桃缶	ごはん ささみフライ インゲンサラダ 味噌汁 白桃缶	ごはん 焼肉風炒め物 焼きそば コンソメスープ 洋梨缶	ごはん 豚の味噌煮 ポテトサラダ ミニそば 黄桃缶
夕食	ごはん 八宝菜 煮付け（なす・インゲン） かぼちゃ煮	ごはん 豚の卵とじ 煮付け 小松菜の和え物	ごはん ブリの照り焼き 野菜煮 しろなのお浸し	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 大豆と野菜の煮物 オクラのドレッシング和え	ごはん 筑前煮 わらの梅和え 小松菜のソテー	ごはん 洋風玉子焼き 煮浸し 中華スープ煮	ごはん サバの塩焼き 煮付け 煮豆
3時	ストロベリーゼリー 緑茶	パウンドケーキ 緑茶	芋羊羹 緑茶	杏仁豆腐 緑茶	メープルケーキ 緑茶	バームクーヘン 緑茶	まんじゅう 緑茶
	13	14	15	16	17	18	19
朝食	パンセット パスタサラダ 牛乳 りんご缶	パンセット さつま芋サラダ 牛乳 白桃缶	パンセット スクランブルエッグ 牛乳 白桃缶	パンセット 高野豆腐の玉子とじ ヨーグルト 白桃缶	パンセット マカロニサラダ 牛乳 黄桃缶	パンセット 大根と青菜のお浸し 牛乳 洋ナシ缶	ロールパン スパゲティサラダ ヨーグルト 黄桃缶
昼食	ごはん 鰯のかば焼き 炒り豆腐 味噌汁 みかん缶	オムライス マカロニグラタン コンソメスープ フルーツカゲル缶	散らし寿司 なすの田舎煮 茶碗蒸し みかん缶	ごはん シチュー ほうれん草のごま和え みかん缶	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 揚げ茄子のおろし和え すまし汁 白桃缶	ごはん とんかつ じゃが芋の煮付け 味噌汁 みかん缶	茸炊き込みごはん サケのムニエル 秋野菜のサラダ 茶碗蒸し 煮豆
夕食	ごはん スタミナ焼き 千切煮 かぼちゃサラダ	ごはん 肉じゃが 和え物 スープ煮	ごはん 幽庵焼き（鰯） 小松菜の和え物 ごまドレ和え	ごはん 豚の味噌煮 高野の煮物 玉ねぎの和え物	ごはん 鶏照り焼き 五目豆 ツナ和え	ごはん アジの塩焼き 炒り豆腐 菜の花菜種和え	ごはん 豚しょうが焼き 煮奴 菜種和え
3時	桃ゼリー 緑茶	さつま芋パイ 緑茶	月見団子 緑茶	杏仁豆腐 緑茶	芋羊羹 緑茶	シュークリーム 緑茶	紅葉饅頭 緑茶
	20	21	22	23	24	25	26
朝食	パンセット かきサラダ 牛乳 りんご缶	パンセット キャベツの胡麻サラダ 牛乳 白桃缶	パンセット スクランブルエッグ 牛乳 りんご缶	パンセット 春雨サラダ ヨーグルト 黄桃缶	ロールパン キャベツと白菜の中華和え 牛乳 白桃缶	パンセット いんげん胡麻和え 牛乳 黄桃缶	パンセット マカロニサラダ ヨーグルト 白桃缶
昼食	ごはん ササミフライ 大根の和え物 味噌汁 みかん缶	ごはん 鶏の卵とじ パンキンサラダ ポタージュスープ 黄桃缶	ごはん 肉じゃが 野菜サラダ 清汁 みかん缶	ごはん あじフライ 茄子の煮浸し 味噌汁 白桃缶	カレーライス ポテトサラダ リンゴ缶	散らし寿司 切干大根とひじきの煮物 ミニうどん みかん缶	ごはん 鶏肉のマヨ焼き キャベツの卵とじ 清汁 洋梨缶
夕食	ごはん 鰯の煮付け 小松菜和え さといも土佐煮	ごはん 八宝菜 シュウマイ カレーマヨ和え	ごはん 鰯の塩焼き 小松菜和え さといも土佐煮	ごはん 五目卵焼き インゲンベーコン炒め 青梗菜の和え物	ごはん 幽庵焼き ほうれん草胡麻和え 筑前煮	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 大豆と野菜の煮物 オクラのドレッシング和え	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 里芋の柚子みそ煮 ロールキャベツ
3時	青りんごゼリー 緑茶	カステラ リンゴジュース	水ようかん 緑茶	饅頭 緑茶	ゼリー 緑茶	月見饅頭 緑茶	抹茶ようかん 緑茶
	27	28	29	30	31	 10月10日は 目の愛護デー 目の愛護デーの歴史は深く、60年以上の歴史があります。 現在は厚生労働省が主催となり、全国で目の健康を促す活動がされたり、目の関連企業や団体がイベントを開催したりしています。 この機会に目の健康づくりを心掛けま	
朝食	ロールパン スパゲティサラダ 牛乳 りんご缶	パンセット 高野豆腐の玉子とじ 牛乳 白桃缶	パンセット 菜の花のお浸し 牛乳 白桃缶	パンセット かぼちゃサラダ ヨーグルト 黄桃缶	パンセット スクランブルエッグ 牛乳 りんご缶		
昼食	さつま芋ごはん すいとん風煮物 春雨ごま和え 清汁 みかん缶	ごはん 筑前煮 豆とブロッコリーのサラダ 清汁 みかん缶	ごはん シチュー サラダ りんご缶	ごはん てんぷら かぶの煮つけ さつま芋の味噌汁 白桃缶	パンキンカレー マカロニサラダ 福神漬け フルーツカゲル缶		
夕食	ごはん アジの塩焼き 煮やっこ 菜の花菜種和え	ごはん 豚の味噌炒め 高野の煮物 紅白煮	ごはん ささみフライ 煮つけ しろなのお浸し	ごはん スペイン風玉子焼き 菜種和え なすのおろし煮	ごはん 鰯の煮付け 小松菜和え さといも土佐煮		
3時	シュークリーム 緑茶	二色饅頭 緑茶	抹茶水ようかん 緑茶	コーヒーゼリー 緑茶	パンキンケーキ 緑茶		

※ 材料の納入の都合により、献立が変更する事があります。