

1日 (月)	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木)	5日 (金)
御飯 味噌汁 鶏肉の甘酢炒め モロの竜田揚げ 干瓢の金平 おくらと湯葉の和え物 ミモザサラダ 昆布佃煮 杏仁フルーツ おからチョコケーキ	きのこの炊き込みご飯 すまし汁 和風つくね焼き さわらの西京焼き 卵豆腐海藻添え 手作り薩摩芋コロッケ ツナ和風サラダ 浅漬け いちごババロア 甘納豆	御飯 味噌汁 魚のカレー風味焼き 麻婆豆腐 揚げギョーザ 大根サラダ いんげんのピーナツ和え 白花豆 黒糖蒸しパン さつまいものオレンジ煮	御飯 中華スープ チンジャオロース 魚の味噌バター焼き ピーマンと塩昆布の炒め物 かぼちゃのそぼろあん 小松菜とれんこんの粒マスタード和え ザーサイ プリン フルーツ(りんご)	御飯 すまし汁 チキンソテー ホワイトソース 魚の塩麹漬け焼き ひじきの炒り煮 和風スパゲティ シーザーサラダ 枝豆 ミニエクレア 水ようかん
8日 (月)	9日 (火)	10日 (水)	11日 (木)	12日 (金)
御飯 味噌汁 照り焼きチキン 魚のしそ風味揚げ 肉じゃが お好み焼き ひじきのサラダ なす漬け ところてん ふのラスク	御飯 中華風コーンスープ 手作りメンチカツ 魚のしょうが煮 切干大根の炒り煮 蒸しシューマイ 温野菜サラダ めかぶの和え物 紅茶のシフォンケーキ バナナ	御飯 味噌汁 豚肉のねぎ塩タレ さんまの塩焼き ほうれん草の白和え 金平ごぼう 里芋の梅マヨサラダ なすのお浸し マンゴーヨーグルト ミニどら焼き	麦ごはん すまし汁 肉どうふ 魚のムニエル タルタルソース 冬瓜のツナ煮 胡瓜の酢の物 かぼちゃのサラダ とろろ ロールケーキ(キャラメル) おしるこ	御飯 味噌汁 鶏肉のチーズ焼き 魚のおろし煮 中華炒め たこやき 海藻サラダ マリネ フルーツ(柿) 杏仁豆腐
15日 (月)	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)
御飯 かき玉汁 豚肉のプルコギ風 かれの煮付け 白菜と蒸し鶏のごま浸し 手作りひじきコロッケ スパゲティサラダ ゆかり和え フルーツ(オレンジ) プチシュークリーム チョコソースがけ	御飯 ミネストローネ 肉団子のうま煮 赤魚の粕漬焼き 揚げ出し豆腐 ナムル みどりいっぱいサラダ 浅漬け フルーツ せんべい	御飯 コンソメスープ 白身魚のパン粉焼き 鶏肉の治部煮 いんげんのソテー ミニアメリカンドック 花野菜のサラダ にんじんの千切りマリネ 黒ごまプリン メープルアーモンドトースト	御飯 味噌汁 松風焼き ホッケの塩焼き 竹輪の磯辺揚げ 刻み昆布の炒り煮 春雨サラダ カリフラワーの柚子胡椒風味ピクルス フルーツ(梨) 桃まん	御飯 味噌汁 鶏肉のレモン風味焼き エビ寄せフライ なすのみぞれ煮 豆腐ともやしのチャンプルー MIXビーンズのサラダ 昆布佃煮 フルーツポンチ 牛乳まんじゅう
22日 (月)	23日 (火)	24日 (水)	25日 (木)	26日 (金)
御飯 すまし汁 具沢山スープ餃子 魚のごまだれ焼 小松菜のおひたし 一口がんと大根の煮物 盛り合わせサラダ やわらか昆布巻き フルーツヨーグルト ミニようかんロール	ハヤシライス わかめスープ ヒレカツ ハートオムレツ グリーンサラダ ジャーマンポテト 甘らっきょう フルーツ(オレンジ) キャラメルプリン	御飯 味噌汁 手作りハンバーグ トマトソース ブリの照焼き 厚揚げと野菜の炒め物 さつまいもの甘煮 ごぼうサラダ 漬物 りんごゼリー ごま団子	御飯 味噌汁 鶏肉の磯辺焼き わかさぎの南蛮漬け チンゲン菜の煮浸し フレンチポテト コーンサラダ うずら煮豆 チーズ蒸しケーキ わらび餅	御飯 中華スープ 豚の角煮 たらとほうれん草のグラタン 春菊のナムル 卵の花炒り ミニ焼きそば 浅漬け フルーツ(りんご) コーヒーゼリー
29日 (月)	30日 (火)	31日 (水)		
御飯 味噌汁 豚肉の塩麹焼 さばの味噌煮 魚河岸揚の含め煮 スパゲティナポリタン きのこサラダ 漬物 フルーツのゼリーがけ ロールケーキ(かぼちゃ)	御飯 コンソメスープ 鶏肉のから揚げ 魚の梅焼き キャベツのごま和え 里芋のそぼろ煮 マカロニサラダ もずくの酢の物 フルーツ(梨) ホットケーキ フルーツソースがけ	<ハロウィン> カレーピラフ トマトスープ タンドリーチキン 魚のムニエル きのことソース 秋の野菜のごろごろサラダ ピクルス オニオンリングフライ マシュマロおぼけ 季節のフルーツ		