



予定献立表



	10月30日(日)	10月31日(月)	11月1日(火)	11月2日(水)	11月3日(木)	11月4日(金)	11月5日(土)
朝食	御飯 みそ汁 ピーマンのジャコ炒め 胡麻レンコン たいみそ 漬物〈常〉 R1ヨーグルト 	御飯 みそ汁 ごま豆腐 キムチ和え 味付けのり〈常〉 漬物〈常〉 R1ヨーグルト ソフト食 たんぱくん	パン 野菜スープ スクランブルエッグ ボイルウインナー 卵の花サラダ〈常〉 チーズ〈常〉 R1ヨーグルト  ソフト食 プロッカ	御飯 みそ汁 切り昆布と天ぷらの煮物 レンコンの金平 のりの佃煮 漬物〈常〉 R1ヨーグルト	御飯 みそ汁 いわしの梅煮〈常〉 ひじきの煮物 山菜風味〈常〉 漬物〈常〉 R1ヨーグルト  ソフト食 たんぱくん	パン ポタージュスープ 野菜炒め ポテトサラダ りんごのコンポート〈常〉 ウエハース〈常〉 R1ヨーグルト  ソフト食 CP10ゼリー	御飯 みそ汁 和風炒り卵 納豆 キムチ和え 漬物〈常〉 R1ヨーグルト 
昼食	御飯 豚肉のりんごソース炒め 筍の土佐煮 イカとブロッコリーの炒め物 野菜サラダ 漬物〈常〉 清汁	<ハロウィン献立> えびピラフ 野菜のキッシュ ピーマンの炒め物 キャベツとみかんのサラダ 香味スープ かぼちゃプリン 	おにぎり ラーメン 春巻 胡瓜のレモン和え 漬物〈常〉 果物〈常〉  ソフト食 おいしくサポート	御飯 鶏肉の竜田揚げ風 厚揚げの土佐煮 トマトの酢の物〈常〉 漬物〈常〉 清汁 フルーツポンチ  ソフト食 ご飯に合うソース	御飯 鮭のムニエル 揚げ南瓜の黒胡椒かけ ピリ辛ナス〈常〉 はるさめサラダ コンソメスープ 果物〈常〉 ソフト食 エブリッチゼリー	御飯 和風ハンバーグ うま煮 エビとアスパラガスの炒め物 白菜のお浸し〈常〉 清汁 ゆずゼリー 	御飯 マカロニグラタン もやしとピーマンのソテー シーフードサラダ 卵とトマトのスープ 果物〈常〉 ソフト食 エブリッチゼリー
夕食	御飯 ぎせい豆腐 かぼちゃのそぼろ煮 えのきとワカメの醤油炒め もやしの胡麻和え〈常〉 みそ汁  ソフト食 ご飯に合うソース	御飯 柳川風煮 レンコンの煮物 和風サラダ 清汁 果物〈常〉 	御飯 牛肉のスタミナ焼き 卵豆腐 ピーナツ豆腐 ゴボウの利休煮 ほうれん草の磯辺和え〈常〉 みそ汁 ソフト食 ご飯に合うソース	御飯 メルルーサの天火焼き ブロッコリーと人参のソテー カリフラワーの甘酢炒め 牛肉の炒り煮 キャベツとシメジのサラダ〈常〉 みそ汁 ソフト食 ご飯に合うソース	豚丼 湯豆腐 レンコン金平 ごぼうの金平 蒲鉾と三つ葉のわさび和え みそ汁	御飯 赤魚の山椒焼き レバニラ炒め 鶏肉ニラ炒め ほうれん草と油揚げの煮浸し 漬物〈常〉 みそ汁  ソフト食 ご飯に合うソース	御飯 アジの醤油煮 里芋と切り昆布の煮物 カリフラワーのあんかけ 酢味噌かけ〈常〉 みそ汁 ソフト食 ご飯に合うソース