



10月 料理メニュー



月	火	水	木	金	土
				1	2
				八宝菜丼 ザーサイの中華スープ	ご飯 鶏竜田のネギソースがけ なめこのみそ汁
4	5	6	7	8	9
ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き ちくわののっぺい汁	ガパオライス わかめスープ 杏仁豆腐	 お楽しみメニュー	豚肉とごぼうの つけうどん 人参と枝豆のたらこ炒め	クロックムッシュ風 ミネストローネ	親子丼 沢煮椀 フルーツポンチ
11	12	13	14	15	16
ドライカレー 海藻サラダ 福神漬け	ご飯 豚とさつまいもの 塩バター炒め 蓮根とキムチのチゲスープ	パッタイ 酸辣湯	シナモントースト クラムチャウダー りんご	ご飯 筑前煮 とろろ昆布のすまし汁	ご飯 豚しゃぶのみそだれ 大根の和風マリネ 根菜のみそ汁
18	19	20	21	22	23
ご飯 コロッケ 野菜のピリ辛マヨ和え 豆乳スープ	きのことベーコンの ペペロンチーノ コンソメスープ オレンジ入り牛乳寒天	ハンバーガー 具沢山コーンスープ フルーチェ	 お誕生日メニュー	ご飯 さばの塩焼き 豚汁	ハヤシライス 水菜とツナのサラダ
25	26	27	28	29	30
チャプチェ 2種のきのこのナムル風 柿	フレンチトースト フルーツとホイップ添え ポトフ	ビビンバ丼 牛だしスープ	ご飯 秋野菜の煮物 きゅうりとわかめの酢の物	マカロニグラタン風 ミモザサラダ	炊き込みご飯 おでん