

10月のメニュー

				平成26年10月01日(水)	平成26年10月02日(木)	平成26年10月03日(金)	平成26年10月04日(土)	
朝 昼 夕	 <p>平成26年10月</p>			シュガーバターコッペ ツナサラダ 牛乳	米飯 味のり ひじきの煮物 うすあげのおみそ汁 パインジュース	おいものクリーム マカロニサラダ 牛乳	ツナロール&ポテトロール 牛乳	
				赤飯 牛肉みそ炒め ごま豆腐 白菜のお吸いもの	ゆかりご飯(半量) お好み焼き はりはり漬け バナナヨーグルト	米飯 白身魚のカレームニエル かぼちゃのソテー なし	米飯 豚肉のみそ生姜焼き オクラとろろ豆腐 かきたま汁	
				海鮮しらすご飯 かぼちゃとなすの詰め煮 焼き厚揚げなめこおろし オレンジ	十五穀ご飯 鶏のさじ焼き さつまいものきんとん 三度豆の白和え	米飯 高野豆腐の肉詰め煮 野菜のみそけんちん炒め 小松菜のわさび和え	米飯 たらこのから揚げ五日あなかけ 人参の金平 青菜ののり和え	
		平成26年10月05日(日)	平成26年10月06日(月)	平成26年10月07日(火)	平成26年10月08日(水)	平成26年10月09日(木)	平成26年10月10日(金)	平成26年10月11日(土)
朝 昼 夕		チョコチップメロンパン バナナと野菜のソテー 牛乳	【温】エッグトースト&ミチアツ食パン 元気ヨーグルト 牛乳	くるみ食パン ウイナーと野菜のスープ 煮牛乳	ミニあんぱん&レーズンロール ハムと花野菜のサラダ 牛乳	米飯 のり佃煮 ツナとじゃがいもの煮物 ごぼうのおみそ汁 バナナ豆乳	北海道ミルクパン 野菜のトマト煮 牛乳	【温】照り焼きチキンバーガー 元気ヨーグルト 牛乳
		鮭とろろ丼 五目豆 ごぼうのおみそ汁 りんご	カツ丼 白菜とりんごの塩もみサラダ カロテン浸し 洋梨&パイン	米飯 クリスピーから揚げ パンサンスウ 春菊のお吸いもの	ねぎとろ丼 揚げだし豆腐の野菜あん 青菜の和え物 赤だし	ミートスバゲティ なすのオペラ 生姜和え 白桃	米飯 さばの中華風みそ煮 ほうれん草のくるみみそ和え 大学いも	麦飯 かれいの梅ソースかけ オクラの青じそ豆腐 白菜のおみそ汁
		米飯 チキンのトマト煮 ひじきのサラダ ほうれん草のソテー	米飯 鮭のんにくマヨ焼き わかめのおひたし 菜の花のおみそ汁	米飯 かじきのチリソース炒め だいごんの信田煮 白菜のコールスロー	焼肉丼 小松菜のザーサイ炒め やまいもの乙女和え はんぺんのお吸いもの	米飯 太刀魚の揚げ煮 青菜のゴキウ炒め 大根のキムチ和え	米飯 とんぺい なすとピーマンの煮物 かたろの和えもの	きのこ御飯 鶏肉の照り焼き ピリ辛炒め はりはり漬け
		平成26年10月12日(日)	平成26年10月13日(月)	平成26年10月14日(火)	平成26年10月15日(水)	平成26年10月16日(木)	平成26年10月17日(金)	平成26年10月18日(土)
朝 昼 夕		ミニチョコ食パン ヤングコーンソテー 牛乳	【温】コッポスト&ミチアツロール 春雨さっぱりサラダ 牛乳	ミニ食パン(チョコ) フィッシュソーゼージと野菜ソテー 牛乳	チョコチップメロンパン スクランブルエッグ 牛乳	米飯 もろみみそ 切干大根の煮物 玉葱のおみそ汁 野菜ジュース	ぶどうパン ブロックサラダ 牛乳	【温】ハンバーガー 元気ヨーグルト 牛乳
		米飯 クリームシチュー ひじきのマリネサラダ 柿	米飯 豚肉とチンゲン菜の旨煮 もやしのおろし和え さつまいものおみそ汁	米飯 スパニッシュオムレツ えびマリネ マカロニスープ	菜めし(半量) 鳴門うどん 酢の物 メロン	十五穀ご飯 さばのカレー竜田揚げ かたろの和え物 しめじのおみそ汁	米飯 天ぷら盛り合わせ 青菜のゆず和え たけのこと豆腐のおみそ汁	米飯 豚肉のしょうが焼き ナムル バナナ
		米飯 さんまの甘酢炒め そばサラダ とろろ昆布のお吸いもの	米飯 さけのパピヨット じゃがいものたらこ炒め 春菊の和え物	米飯 Eビ&カフライ トマト豆腐 春雨の酢の物	米飯 酢豚 さつまいものポテトサラダ なすのおみそ汁	米飯 鶏のピカタ 大根と油揚げの煮物 白菜の和え物	米飯 中華丼 つくねと大根の旨煮 オクラのおかか和え 柿	麦飯 塩鮭 ブロックの塩昆布和え かぼちゃのおみそ汁
		平成26年10月19日(日)	平成26年10月20日(月)	平成26年10月21日(火)	平成26年10月22日(水)	平成26年10月23日(木)	平成26年10月24日(金)	平成26年10月25日(土)
朝 昼 夕		シュガーバターコッペ かぼちゃのソテー 牛乳	【温】ルチン&ミチアツ食パン 元気ヨーグルト 牛乳	ミルクパン ささみと野菜のソテー 牛乳	キャラメルリング 野菜のスープ煮 牛乳	米飯 ふりかけ(たらこ) かんぴょうの煮物 ほうれん草のおみそ汁 りんごジュース	黒糖食パン(ブルーベリー&マカリ) ツナサラダ 牛乳	【温】ホットドッグ & コックドドッグ 牛乳
		枝豆ごはん 鶏肉の塩麴からあげ なすのみそ炒め みかん&パイン	麦飯 ポテトコロッケ 小松菜の卵とじ フルーチェ(みかん)	米飯 栗ごはん さんまの塩焼き 筑前煮 柿	米飯 えびピラフ ポークビーンズ 卵サラダ 梨	エビフライカレー じゃこサラダ 福神漬 フルーチェ(ブドウ)	米飯 さわらの山椒みそ焼き 白菜の生姜酢和え キウイ&パイン	十五穀ご飯 めかじきの幽庵焼き キャベツとしらすの和え物 うすあげのおみそ汁
		米飯 あじのムニエルマトソース レタスとりんごのサラダ あさりのチャウダー	米飯 塩さば 青菜のお浸し 豆腐とワカメのおみそ汁	米飯 塩こうじのホイコーロー 菜の花としめじの和え物 たまごにらのスープ	米飯 たらの和風マヨネーズ焼き 炒り豆腐 もやしの和え物	米飯 鶏肉のマスタード焼き 海草サラダ 大豆のスープ	米飯 ポトフ 豆腐ステーキ 春菊の和え物	米飯 肉じゃが ごま豆腐 白菜のおろししょうゆ和え
		平成26年10月26日(日)	平成26年10月27日(月)	平成26年10月28日(火)	平成26年10月29日(水)	平成26年10月30日(木)	平成26年10月31日(金)	
朝 昼 夕		ワッサン(仔丁&マカリ) ソーセージと野菜ソテー 牛乳	【温】ピザトースト&黒糖食パン 元気ヨーグルト 牛乳	クルミパン(ハチミツ&マカリ) 丼と青菜のソテー 牛乳	ホットケーキ 豆のごま和えサラダ 牛乳	米飯 うめびしお 厚揚げの煮物 かぼちゃのおみそ汁 オレンジジュース	シュガーバターコッペ スクランブルエッグ 牛乳	 <p>9月 おたのしみ メニュー</p>
		米飯 チャプチェ 生姜和え 具沢山汁	ツナおろしスパゲティ キャベツのごま酢和え 野菜スープ リチア&キ(ハーフイソラ)	米飯 豚肉と豆腐の炒め物 春雨サラダ いもち	米飯 秋鮭の味噌だれかけ しめじと豆腐のお吸いもの 切干大根の酢の物	米飯 和風照り焼きハンバーグ チキンとキャベツのサラダ 梨	米飯 タンドリーチン 野菜の炒り煮 オレンジゼリー 五百散らし寿司 大根の煮物 さといものおみそ汁 メロン	
		揚げ卵のカレーあなかけ トマト豆腐 切干大根の酢の物	米飯 バーベキューチキン もやしとしらすの炒め物 豆腐のとろみスープ	米飯 かれいのおろし煮 もやしとしめじの酢の物 具沢山みそ汁	米飯 かぼちゃのひき肉フライ 長芋の加-オイル炒め コールスロー	米飯 さわらのゆずおろし焼き ブロッコリーのかにあなかけ 卵豆腐		

●今月の行事食●

・ 10月8日(水) 昼食 お楽しみメニュー

一気に秋らしくなりました。給食にも、栗・梨や柿が登場します。食材も秋の顔ぶれです。さて、ひびみ園では利用者さんの誕生日当日に献立のリクエストを事前に伺って当日提供させて頂いています。本日に食べたいもの、外出先で見た目新しいもの、思い出の献立など利用者さんそれぞれがリクエストして下さいます。(管理栄養士 枝澤)