

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	10月7日(日)	10月8日(月)	10月9日(火)	10月10日(水)	10月11日(木)	10月12日(金)	10月13日(土)
朝食	ロールパン コンソメスープ	ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁
	オムレツ ツナサラダ ピーナッツバター	高野豆腐の含め煮 胡瓜とミカンの酢の物 たいみそ	レバーの甘辛煮 キャベツのめんつゆ和え あみの佃煮	刻み昆布の煮物 納豆 漬物	ごぼうの当座煮 もずく 鮭フレーク	切り干し大根の煮物 白花豆 海苔佃煮	きゃべつの煮浸し 青梗菜のきのこ和え しらす干し
昼食	ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁	カレーライス コンソメスープ	萩ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁	カニあんかけチャーハン 中華スープ
	メンチカツ 大根の含め煮 キウイフルーツ	さんまの塩焼き 根菜煮 バナナ	鶏肉のカリカリ焼き マカロニサラダ オレンジ	フレンチサラダ ジョア	鮭の塩焼き 卵豆腐 小松菜のクルミ和え	ほっけのみりん焼き かわり金平 オレンジ	焼きぎょうざ 杏仁豆腐
おやつ	フルーチェ	鈴カステラ	チョコケーキ	ベジたべる	クリームブッセ	もみじまんじゅう	カスタードケーキ
夕食	ご飯 みそ汁	ご飯 中華スープ	ミソラーメン	ご飯 清汁	ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁	ご飯 みそ汁
	赤魚の煮付け かぶのそぼろ煮 小松菜のゴマ和え	カニ玉 春雨の中華風サラダ 桃のヨーグルト和え	春巻き ナムル	さわらの西京焼き 揚げ出し豆腐 胡瓜とワカメの酢の物	豚ロースの朴葉味噌焼き 冬瓜とエビの煮物 オレンジ	鶏のから揚げ ポテトサラダ ほうれん草ごま和え	さばの香味しょうゆがけ 野菜炒め りんご

※ 食品の発注状況等により、献立が変更になる事があります。