

メ ニ ュ ー 表 (時別)

1 / 1

令和 7年10月 朝食 【 常食中盛 】

日	月	火	水	木	金	土
			10月 1日	10月 2日	10月 3日	10月 4日
			マロンパン ブレンオムレツ チキンナゲット 飲むヨーグルト お茶	ごはん ふ炒め 豆腐の味噌汁 お茶	パン♪キンあんパン スクランブルエッグ アップルジュース お茶	ごはん あじ柚子風味焼き 干切大根炒め 長ねぎとワカメの味噌汁 お茶
10月 5日	10月 6日	10月 7日	10月 8日	10月 9日	10月10日	10月11日
ロールパン ホーケマゴ ココア お茶	ホーテパン チーズ入り卵焼き チキンナゲット 野菜ジュース お茶	ごはん にがうり卵とじ ねぎと油揚げの味噌汁 お茶	紅芋パン トマト入りオムレツ メイプル お茶	ごはん ホーケマゴ 長ネギとエノキのみそ汁 お茶	クリームパン ブレンオムレツ ポイルウインナー オレンジジュース お茶	ごはん 野菜炒め (ウインナー) ゆし豆腐 お茶
10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
パン♪キンロール 目玉焼き チキンナゲット ミロ お茶	ハムチーズパン たまご焼き ポイルウインナー 野菜ジュース お茶	ごはん パパイヤ炒め しいたけとわかめの味噌汁 お茶	ウグイスパン ブレンオムレツ チキンナゲット 飲むヨーグルト お茶	ごはん ふ炒め 豆腐とワカメのみそ汁 お茶	カスタードパン スクランブルエッグ アップルジュース お茶	ごはん サモナー醤油焼 きんぴらごぼう 長ねぎとワカメの味噌汁 お茶
10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日
胚芽ロール ホーケマゴ ココア お茶	粗挽きウインナーパン チーズ入り卵焼き チキンナゲット 野菜ジュース お茶	ごはん にがうり卵とじ しいたけとわかめの味噌汁 お茶	田芋パン トマト入りオムレツ メイプル お茶	ごはん ホーケマゴ ねぎと油揚げの味噌汁 お茶	チョコパン ブレンオムレツ ポイルウインナー オレンジジュース お茶	ごはん しめじとエノキの卵とじ ゆし豆腐 お茶
10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	
あんぱん 目玉焼き チキンナゲット ミロ お茶	ペーカンマンハッセルパン たまご焼き ポイルウインナー 野菜ジュース お茶	ごはん パパイヤ炒め しいたけとわかめの味噌汁 お茶	マロンパン ブレンオムレツ チキンナゲット 飲むヨーグルト お茶	ごはん ふ炒め 豆腐の味噌汁 お茶	パン♪キンあんパン スクランブルエッグ アップルジュース お茶	

メ ニ ュ ー 表 (時別)

1 / 1

令和 7年10月 昼食 【 常食中盛 】

日	月	火	水	木	金	土
			10月 1日	10月 2日	10月 3日	10月 4日
			あわごはん マーボー豆腐 ザーサイの和え物 春雨のすまし汁 お茶 コーヒー	麦ごはん 鶏の梅風味焼き ゴーヤー和え パイン 八宝みそ汁 お茶	オムライス カニクリームコロッケ ベジタブルスープ お茶 コーヒー	炊きこみ御飯 (ヒジキ) 揚げ出し豆腐 カニしそ香味和え すまし汁 お茶
10月 5日	10月 6日	10月 7日	10月 8日	10月 9日	10月10日	10月11日
あわごはん なすの味噌炒め バナナ しめじとわかめのすまし汁 お茶	あわごはん 鯖のみそダレかけ きやべつの梅かつお和え 梨 すまし汁 お茶 コーヒー	軟骨ソーキそば ソバ汁 野菜てんぷら パイン お茶	あわごはん 鶏のハーフ焼き キャベツとハムのサラダ キウイフルーツ かぼちゃスープ お茶 コーヒー	ごはん ハヤシライス ソーザラダ りんご お茶	しらすゆかりごはん 豆腐ちゃんぶるー バナナ 冬瓜と鶏肉のみそ汁 お茶 コーヒー	麦ごはん トンカツ もずく和え 梨 八宝みそ汁 お茶
10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
あわごはん いり鶏 ザーサイの和え物 バナナ お茶	あわごはん 肉じゃが 青菜とゆの和え物 パイン お茶	野菜ラーメン 白湯ラーメン汁 芋てんぷら 梨 お茶 コーヒー	ごはん 鶏のクリーム煮 ブロッコリーとカリフラワーのサラダ オレング お茶 コーヒー	麦ごはん さばの大根おろしかけ 小松菜ともやしの磯和え 豚汁 お茶	あわごはん 焼肉 干切大根炒め バナナ キムチスープ お茶 コーヒー	冷やし中華 鶏の唐揚げ りんご お茶
10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日
麦ごはん 煮物 カニしそ香味和え パイン お茶	ごはん カレーライス キャベツときゅうりのゆかり和え キウイフルーツ お茶 コーヒー	沖縄そば ソバ汁 いなり寿司 はんだまとシラス和え お茶	麦ごはん チキン南蛮 シラスとコンのナムル 八宝みそ汁 お茶 コーヒー	ごはん タコライス ブロッコリーとカリフラワーのサラダ キャベツスープ お茶 コーヒー ケーキ	あわごはん 豚肉の味噌風味焼き パパイヤ炒め もずく和え きやべつのみそ汁 お茶 コーヒー	麦ごはん 鯖の梅肉風味焼き 小松菜ともやしの磯和え バナナ パイン汁 お茶
10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	
あわごはん 鶏のチリソース おひたし パイン アーサ汁 お茶	麦ごはん 白身魚の西京焼き 納豆和え りんご けんちん汁 お茶 コーヒー	ラーメン 正油ラーメン汁 鶏の唐揚げ きゅうりとたこの中華酢の物 お茶	あわごはん 骨なしフライドチキン ブロッコリーと蟹かき玉のサラダ パイン トマトスープ お茶 コーヒー	ごはん カツ丼 ソーザラダ バナナ 冬瓜と鶏肉のみそ汁 お茶	ピラフ 鶏のマリネ 紅いモサラダ コンソメスープ お茶 コーヒー	

令和 7年10月 夕食 【 常食中盛 】

日	月	火	水	木	金	土
			10月 1日	10月 2日	10月 3日	10月 4日
			ごはん 鯖の香草焼き 白和え 梨 冬瓜と鶏肉のみそ汁 お茶	ごはん チキンカレー ブロッコリーとカリフラワーのサラダ ブルーベリーヨーグルト お茶	ごはん ゴーヤーチキンカレー パイン きやべつのみそ汁 お茶	ごはん ミートローフ 煮込みソース ブロッコリーと蟹かき揚げのサラダ キウイフルーツ トマトスープ お茶
10月 5日	10月 6日	10月 7日	10月 8日	10月 9日	10月10日	10月11日
チャーハン 鶏のミネ キムチスープ お茶	ごはん 海老と鶏肉の炒め物 はるさめときゅうりの和え物 きやべつのみそ汁 お茶	ごはん 5種のチーズインデミハンバーグ ポテトサラダ 梨 コンソメスープ お茶	ごはん 中華炒め バナナ 春雨のすまし汁 お茶	ごはん 銀鮭の西京焼き おひたし キウイフルーツ けんちん汁 お茶	ごはん チキンの味噌焼き キャベツのカルシウム 苦瓜サラダ コンソメスープ お茶	ごはん タコライス パイン キャベツスープ お茶
10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
ごはん えびのかき揚げ丼 卵豆腐 ゴーヤー和え いり汁 お茶	ごはん 牛丼 もやしとキュウりの味噌和え バナナ きやべつのみそ汁 お茶	ごはん 豚肉の生姜焼き ピーマン炒め もずく和え しめじの味噌汁 お茶	カレーピラフ 魚のマリネ キャベツスープ お茶	ごはん へちまのみそ煮 はるさめと錦糸卵の和え物 ゆずと白きくらげのすまし汁 お茶	鶏肉としめじの炊き込みご飯 豆腐の二色揚げ 白菜と小松菜のおひたし だいこんのすまし汁 お茶	ごはん 三色どんぶり (いわし) 冬瓜と海老の煮物 バナナ ゆし豆腐 お茶
10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日
ごはん チキンの味噌焼き キャベツとハムのサラダ りんご かぼちゃスープ お茶	ごはん 豚肉と青菜の中華炒め パイン 春雨のすまし汁 お茶	ごはん さんまの蒲焼き丼 小松菜のワサビ和え キウイフルーツ 豚汁 お茶	ごはん 豚肉ときやべつの味噌炒め はるさめときゅうりの和え物 しめじとわかめのすまし汁 お茶	ごはん 白身魚の酒蒸し ひじきサラダ しめじの味噌汁 お茶	ごはん トマトとチキン 生野菜サラダ りんご コンソメスープ お茶	ごはん 鶏の竜田揚げ 白和え シーチキンゼリー 芋汁 お茶
10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	
ごはん 中華丼 ゴーヤー和え バナナ ワカメスープ お茶	炊き込み御飯 (鮭) 豆腐入りメンチカツ 青菜とゆめしめじの和え物 もずくスープ お茶	ごはん 筑前煮 小松菜としめじのごま和え バナナ お茶	ごはん ハンバーグ ハンバーグと風ソース レモンとひじきの梅和え 八宝みそ汁 お茶	ごはん すきやき風煮 パイン だいこんのみそ汁 お茶	ごはん 白身魚の味噌焼き ゴーヤーサラダ バナナ きやべつのみそ汁 お茶	