



2024年10月 月間献立表 (昼食)  
(湯川デイ)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	1日 赤飯 鶏肉の幽庵焼き 高野豆腐含め煮 焼きなす香味和え 赤出汁 甘夏みかん缶	2日 なめこおろしそば かしわおにぎり 野菜のかき揚げ レアチーズ風ムース 	3日 ごはん 太刀魚の山椒焼き 南瓜の煮物 野菜サラダ 味噌汁 フルーツカクテル缶	4日 ごはん 豚丼 春雨サラダ 貝沢山味噌汁 オレンジ	5日 ごはん がき揚げ 大根かあん 刺身蒟蒻の酢味噌かけ かき卵汁 水羊羹 	
6日 	7日 ごはん (野菜キーマカレー) 漬物(福神漬) ブロッコリー青汁ドレッシング わかめスープ ヨーグルト	8日 ★運動会 助六寿司 唐揚げ ウィンナー 卵焼き インゴットのピザ和え 吸物 季節の果物(梨・巨峰) 	9日 ごはん 麻婆風春雨 れんこん煮物 南瓜サラダ 吸物 みかん缶	10日 肉うどん おにぎり 豆腐のカニあんかけ 小松菜のピザ和え プリン 	11日 ごはん 白身魚のムニエル 山菜と湯葉の煮物 里芋サラダ 味噌汁 黄桃缶 	12日 ごはん 鶏肉の柚子味噌焼き 竹輪煮物(ゆず) さつま芋サラダ 吸物 杏仁豆腐 
13日 	14日 ごはん 煮込みハンバーグ 金平ごぼう 青梗菜のマリネ 味噌汁 フルーツゼリー 	15日 ごはん 鮭のマネズミ焼き 昆布の煮物 かぼちゃの甘酢あん 吸物 バナナ	16日 エビピラフ クリームシチュー ブロッコリーサラダ(ごま) クリームパン 	17日 ★郷土料理・長野県 きのこの炊き込み御飯 鮭の粕煮 里芋の含め煮 野沢菜漬け 吸物 みたらし団子風 	18日 チャンポン おにぎり 厚揚げの田楽 ポテトサラダ(卵) 青梅ゼリー 	19日 ごはん 鶏肉の八幡巻き さつま芋の甘煮 春雨サラダ 味噌汁 洋梨缶 
20日 	21日 炊き込みご飯 クロック かぼちゃ大根(赤シ) 胡瓜のなめたけ和え 吸物 グレープゼリー 	22日 ごはん 親子丼 茄子の金平風煮 貝沢山味噌汁 オレンジ 	23日 ごはん 鮭の照り焼き 大豆チリシヤウ(鶏) もやしのごま酢和え かき卵汁 黄桃缶 	24日 ごはん つくね煮(鶏ツネ) かぼちゃの加熱和え 酢味噌和え 吸物 甘夏みかん缶	25日 ★パンメニュー バターロール グリルチキン 大根サラダ シーフードチャウダー バナナ 	26日 ごはん 鱈の漬け焼き 春雨炒め(豚肉) ブロッコリーサラダ(ごま) 吸物 きなこプリン 
27日 	28日 きつねうどん おにぎり 南瓜そばろ煮【2個】 胡瓜とモズクの和え物 みかん缶	29日 ごはん ミルフィーユカツ 高野豆腐含め煮 木の葉の和え物 味噌汁 ピーチゼリー	30日 ごはん 鶏肉の塩だれ焼き 山菜と湯葉の煮物 卵豆腐 吸物 キウイ 	31日 ごはん 白身魚のオーブン焼き 茄子の煮物 ブロッコリーのナムル 吸物 パイン缶		