

神無月(10月)献立表

月	火	水	木	金	土
					
1 赤飯 鯖の西京焼 卵の花 酢物 清汁	2 チキンカレー 野菜サラダ フルーツ寒天 コンソメスープ	3 白飯 鯖の味噌煮 切干大根煮 酢物 沢煮椀	4 親子丼 揚げ出し豆腐 酢物 梨 清汁	5 白飯 豚生姜焼き ひじき煮 酢物 清汁	6 白飯 南瓜コロッケ マカロニサラダ 酢物 味噌汁
8 白飯 鶏のごまだれ煮 南瓜サラダ 中華風酢物 清汁	9 白飯 白身魚のあんかけ 高野豆腐 酢物 清汁	10 白飯 和風ハンバーグ 白和え 酢物 味噌汁	11 きのご飯 鮭のおろし和え 酢物 煮豆 清汁	12 しらす丼 卵寒天 南瓜の切昆布煮 りんご 清汁	13 おにぎり チャンポン 酢物 長芋フライ バナナ
15 ハヤシライス マカロニサラダ フルーツ寒天 コンソメスープ	16 白飯 酢鶏 小松菜の煮浸し ポテトサラダ 清汁	17 白飯 鮭のタルタルソース 卵の花 酢物 清汁	18 白飯 おでん 大学芋 酢物 清汁	19 おにぎり かき揚げうどん さつまいものレモン煮 大根サラダ りんご	20 白飯 白身魚のみぞれ煮 ひじき煮 酢物 味噌汁
22 白飯 白身魚の南蛮漬 白和え 高野豆腐 清汁	23 白飯 肉じゃが 茄子のごま汚し 酢物 清汁	24 三色そぼろ丼 長芋フライ 卵寒天 キウイ 清汁	25 ばら寿司 鮭の青しそ風味 白和え 煮豆 味噌汁	26 白飯 肉コロッケ 切干大根煮 酢物 清汁	27 ビビンバ丼 揚げ出し豆腐 中華風酢物 ワカメスープ オレンジ
29 白飯 八宝菜 大学芋 なます 清汁	30 秋刀魚の蒲焼丼 白和え 煮豆 清汁 茶碗蒸し	31 白飯 すき焼き風煮 大根サラダ 揚げじゃがそぼろあん 清汁			