

令和6年10月献立表（夕食） 彩菜ランチ 0978-69-0005 秀溪園 0978-69-0101

令和6年9月30日(月)	令和6年10月1日(火)	令和6年10月2日(水)	令和6年10月3日(木)	令和6年10月4日(金)
	白ご飯 豆腐ステーキ五目あんかけ ハムともやしの卵炒め 大根なます かぼちの煮物 ちくわのいり煮	白ご飯 魚の竜田揚げ きゃべつとささみのみそマヨあえ 豆腐チャンプルー 小松菜のおろしあえ 切り干し大根の洋風煮	白ご飯 肉とうふ ハムともやしのマヨ炒め 切干大根のごまあえ ねぎの酢味噌あえ 昆布のしょうゆ煮	白ご飯 さばの味噌煮 ちくわのからしマヨあえ きゃべつと人参の和風サラダ 卵の袋煮 おひたし
令和6年10月7日(月)	令和6年10月8日(火)	令和6年10月9日(水)	令和6年10月10日(木)	令和6年10月11日(金)
白ご飯 コロケ マカロニサラダ 春雨の酢の物 ツナとにらのナムル さつま芋のレモン煮	白ご飯 魚のフライ 切り干しマヨサラダ 刻み昆布と厚揚げの煮物 もやしと豚肉のチャンプルー 酢の物	白ご飯 鶏肉の竜田揚げ 大根ごまサラダ わかめとえのきのしょうが炒め 白和え おからの五目煮	白ご飯 魚の照り焼き ツナカマサラダ 高野とうふの甘辛煮 厚揚げのそぼろ煮 にら玉	白ご飯 鶏肉のしょうが焼き かぼちのそぼろ煮 ひじきの三色ナムル ちくわと人参の青のり炒め 煮豆
令和6年10月14日(月)	令和6年10月15日(火)	令和6年10月16日(水)	令和6年10月17日(木)	令和6年10月18日(金)
スポーツの日	白ご飯 豚肉のしょうが焼き ツナと大根のサラダ ひじきの炒り煮 きゅうりとかにかまのごま酢あえ キャベツとツナの玉子炒め	白ご飯 魚の煮付け 中華風マカロニサラダ じゃが芋と人参のベーコン煮 豆腐ときのこのうま煮 えのきの梅おろし和え	白ご飯 肉巻きポテト ツナサラダ 人参とたらこのいり煮 かぼちの煮物 豆腐の卵とじ	白ご飯 鮭のムニエル かにかまと青菜の三色あえ ツナのコールスロー 厚揚げのそぼろ煮 ごま和え
令和6年10月21日(月)	令和6年10月22日(火)	令和6年10月23日(水)	令和6年10月24日(木)	令和6年10月25日(金)
白ご飯 鶏肉の磯辺揚げ ひじきと人参のごまあえ しめじとチンゲン菜の卵炒め 豆苗とにんじんのナムル 酢の物	白ご飯 魚のごま焼き いり鶏 えのきとしめじのおろしあえ カニ玉 大学芋	白ご飯 鶏肉のピカタ スイートサラダ 卵の花煮 ちくわの卵とじ ナムル	白ご飯 あじのしそ巻き天ぷら コールスローサラダ きゅうりとえのきのワサビあえ さつま芋のレモン煮 ひじきの五目煮	白ご飯 肉じゃが キャベツとちくわのみそマヨあえ 伴三糸 高野とうふの甘辛煮 煮豆
令和6年10月28日(月)	令和6年10月29日(火)	令和6年10月30日(水)	令和6年10月31日(木)	令和6年11月1日(金)
白ご飯 鮭の中華風照り煮 切り干しマヨサラダ キャベツの小町あえ 人参しりしり 昆布と大豆煮	白ご飯 ささみ磯辺揚げ きのこベーコンのマリネ 人参とひき肉の香味炒め もやしとゆで豚のゆかりあえ 白菜のツナたま炒め	白ご飯 魚の塩焼き ポテトサラダ 切り干し大根の炒り煮 スクランブルエッグ 大根のツナ煮	白ご飯 メンチカツ 春雨のサラダ いり豆腐 昆布のしょうゆ煮 大根なます	

※お米は、武蔵町産特別栽培米（化学合成農薬50%以下）を使用しています。食材の都合により献立の内容が変わることがあります。