

# 10月 予定献立表

箕面市立介護老人保健施設

※都合により献立を変更する場合があります。

	10月1日(火)	10月2日(水)	10月3日(木)	10月4日(金)	10月5日(土)	10月6日(日)	10月7日(月)	10月8日(火)
朝食	メロンパン コンソメ煮 フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 竹輪の炒め煮 漬物	ミニストベリーツイスト スクランブルエッグ フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ささみと青菜の炒め煮 ふりかけ	ショコラロール ウインナーとそらまめのソテー フルーツ 牛乳	さつま芋雑炊 味噌汁 スナッフえんどうの胡麻和え 漬物	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 ふりかけ	シュガーバターコッペ ソーセージとキャベツのソテー フルーツ 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 牛肉の煮物 野菜炒め キャベツの柚子和え	ご飯 すまし汁 鯖の煮付け スナッフえんどうの炒め物 長芋の和え物	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 ほうれん草焼売 もやしの酢の物	菜飯ご飯(小) きつねうどん または あんかけ卵とじうどん ごぼうの塩きんぴら きゅうりのツナ和え	ご飯 味噌汁 和風ハンバーグ ひじきの炒め煮 オクラの和え物	ご飯 鶏肉のクリーム煮 キャベツソテー アスパラサラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 牛肉と野菜の炒め物 かぼちゃのいところ煮 いんげんの和え物	ご飯 すまし汁 厚揚げの五目炒め なすの田楽 ほうれん草の和え物
おやつ	うさぎ饅頭 お茶	ミニチョコマフィン レモンティー	今川焼 お茶	バウムクーヘン りんごジュース	ワッフル ミルクティー	やわらか大福 お茶	ドームケーキ レモンティー	焼きドーナツ ジョア
夕食	ご飯 すまし汁 鱈のねぎ味噌焼き 大豆煮 菜の花の錦糸和え	ご飯 味噌汁 鶏肉のポン酢炒め いか団子の煮物 ブロッコリーのおかか和え	ご飯 味噌汁 ぶりの漬け焼き しろなの煮浸し トマトサラダ	ご飯 すまし汁 豚肉のオイスター炒め じゃがいもの炒め煮 小松菜の辛子和え	ご飯 すまし汁 ホキの田舎醤油焼き 里芋の煮物 チンゲン菜のお浸し	ご飯 味噌汁 ふくさ焼き 炊き合わせ 白菜の昆布和え	ご飯 すまし汁 鱈の西京焼き ふきの炒め煮 柚子大根	ご飯 味噌汁 鶏肉の旨煮 ビーフン炒め もやしの青しそ和え

	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)	10月12日(土)	10月13日(日)	10月14日(月)	10月15日(火)
朝食	ご飯 味噌汁 ハムと野菜の炒め物 漬物	ミニ黒糖ツイスト ジャーマンポテト フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ベーコンとアスパラの炒め物 ふりかけ	カスタードロール ささみと野菜のソテー フルーツ 牛乳	きのこ雑炊 味噌汁 チンゲン菜のポン酢和え 漬物	ご飯 味噌汁 竹輪の炒り煮 ふりかけ	ミニショコラツイスト エビと野菜のソテー フルーツ 牛乳
昼食	ご飯 オニオンスープ 白身魚のトマトソースがけ 野菜ソテー スパゲッティサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉のくわ焼き しらたきのたらこ炒め きゅうりのゆかり和え	ご飯 すまし汁 肉団子のケチャップ煮 はんぺんのチーズ焼き スナッフえんどうの和え物	ご飯 味噌汁 カレーの照り煮 野菜炒め なすの胡麻酢和え	※秋祭り※ ミニキーマカレー ミニお好み焼き ナゲット 杏仁豆腐	ご飯 すまし汁 鶏肉の甘辛煮 さつま芋のきんぴら 小松菜のピーナツ和え	ご飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 高野豆腐の卵とじ 菜の花のわさび和え
おやつ	酒まんじゅう お茶	抹茶まんじゅう お茶	エクレア ミルクティー	カステラ お茶	ケーキ コーヒー牛乳	黒糖まんじゅう お茶	メープルプチケーキ レモンティー
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉の梅肉ソース エビ団子の煮物 しろなのなめ茸和え	ご飯 すまし汁 和風かに玉風 厚揚げの香味醤油 カリフラワーの和え物	ご飯 味噌汁 白身フライ 長芋の煮物 わかめの和え物	ご飯 味噌汁 豚肉のネギ塩炒め しろなのさっと煮 大根の和え物	ご飯 すまし汁 メバルのあんかけ いんげんの塩炒め 卵豆腐	ご飯 味噌汁 太刀魚の柚庵焼き 肉詰めいなりの含め煮 玉葱の和風サラダ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 白菜の煮浸し ブロッコリーのしらす和え



	10月16日(水)	10月17日(木)	10月18日(金)	10月19日(土)	10月20日(日)	10月21日(月)	10月22日(火)	10月23日(水)
朝食	ご飯 味噌汁 ひじきの煮物 漬物	ミニ山シュガー ウインナーと青菜のソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 ふりかけ	ミニ抹茶ツイスト ポテトサラダ フルーツ 牛乳	かに雑炊 味噌汁 カリフラワーの香味和え 漬物	ご飯 味噌汁 ハムと小松菜の炒め物 ふりかけ	メロンパン ソーセージと野菜のソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ベーコンとそら豆の炒め物 漬物
昼食	ご飯 コーンスープ スパニッシュオムレツ キャベツソテー ミックスサラダ	ご飯 中華スープ 八宝菜 焼き餃子 水菜の中華和え	ご飯 味噌汁 肉豆腐 ごぼうのきんぴら しろなの錦糸和え	ご飯 すまし汁 鮭の焼き浸し 切干し大根の炒め煮 ほうれん草の生姜和え	ご飯 味噌汁 鯖の利休焼き ふきの炒め煮 白菜のくるみ和え	ご飯 豚肉の卵とじ いんげんの炒め物 春雨サラダ フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 ツナマヨフライ または すき焼きコロケ くず煮・オクラ和え	ご飯 すまし汁 肉団子の甘酢あん 茶巾ゆばの煮物 ひじきサラダ
おやつ	ベビーあんどう マスカットジュース	ミルクまんじゅう お茶	どら焼き お茶	カスタードプチシュー レモンティー	バナナカステラ お茶	パンケーキ ミルクティー	お茶まんじゅう お茶	もみじまんじゅう お茶
夕食	ご飯 鶏肉の梅焼き かぶの煮物 チンゲン菜の胡麻和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け ピーマンの炒め物 オクラのくるみ和え	ご飯 すまし汁 ホキの黄金焼き 炊き合わせ 長芋の磯辺和え	ご飯 味噌汁 メンチカツ 小松菜の煮浸し もやしの柚子和え	ご飯 すまし汁 松風焼き 菜の花の炒め煮 冷奴	ご飯 味噌汁 鱈の辛味焼き じゃがいもの煮物 しろなの和え物	ご飯 すまし汁 厚揚げの味噌炒め かぼちゃの煮物 スナックえんどうの和え物	ご飯 味噌汁 白身魚のバター醤油焼き ごぼうの炒り煮 胡瓜の和え物

	10月24日(木)	10月25日(金)	10月26日(土)	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)
朝食	ミニストロベリーツイスト オムレツ フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ツナとキャベツの炒め物 ふりかけ	ショコラロール ウインナーとピーマンのソテー フルーツ 牛乳	鮭雑炊 味噌汁 菜の花の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 竹輪の炒め煮 ふりかけ	シュガーバターコッパ ハムと野菜のソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 エビといんげんの炒め物 漬物	ミニ黒糖ツイスト ベーコンと野菜のソテー フルーツ 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 ほっけのみりん焼き もやしの炒め物 トマトの和え物	ご飯 すまし汁 ゆで鶏の味噌がけ さつま芋とレーズン煮 いんげんのピーナツ和え	ご飯 すまし汁 鱈の山椒焼き 里芋の田楽 アスパラの和え物	ご飯 味噌汁 彩り玉子焼き かぶのそぼろ煮 ブロッコリーの和え物	(特別食) 炊きこみご飯 天ぷら 盛り合わせ 茶碗蒸し 春菊のお浸し・フルーツ	ご飯 味噌汁 ホキの南蛮漬け風 ふきのきんぴら スナックえんどうの錦糸和え	衣笠井 味噌汁 しろなのさっと煮 大根の和え物	ご飯 オニオンスープ 鶏肉のケチャップ焼き キャベツのソテー かぼちゃサラダ
おやつ	チョコクレープ オレンジジュース	牛乳ケーキ ミルクティー	小麦まんじゅう お茶	ケーキ コーヒー牛乳	イチズケーキ レモンティー	たいやき お茶	いちごエクレーア ミルクティー	おばけまんじゅう お茶
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉の玉ねぎソース なすの煮物 チンゲン菜のおかか和え	ご飯 すまし汁 赤魚の粕漬け焼き 小松菜の炒め煮 カリフラワーの和え物	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ きのこの炒め物 はくさいのゆかり和え	ご飯 すまし汁 ぶりの煮付け 野菜炒め 長芋の和風和え	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の煮物 じゃが芋のソテー オクラの柚子和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩麹焼き 豆腐真丈の煮物 きゅうりの昆布和え	ご飯 すまし汁 豚肉のピリ辛炒め 大豆の炒り煮 菜の花のポン酢和え	ご飯 すまし汁 メバルのあんかけ なすの味噌炒め もやしの和え物