

		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)
朝		クリームパン ベーコンと野菜のコンソメ煮 牛乳 フルーツ缶(ミックス)	鶏雑炊 厚揚げの揚げ出し風 フルーツ缶(洋梨)	卵雑炊 ちゃんちゃん焼き風炒め 金時豆	あんぱん 青梗菜とベーコンのソテー 牛乳 フルーツ缶(りんご)	ごはん 大豆五目煮 吉野汁 ふりかけ(しそ)
昼		ごはん 赤魚の西京焼き 青梗菜の和え物 フルーツ缶(りんご) けんちん汁	ごはん 豚肉のゆず醤油炒め なすの煮物 フルーツ缶(みかん) 味噌汁	野菜ピラフ たいめいけんグラタン 切干大根のサラダ コンソメスープ	ポークカレー ブロッコリーのサラダ フルーチェ(いちご) 香の物(福神漬け)	ごはん 金目鯛の煮付け もやしとしろなの和え物 フルーツ(キウイ) 味噌汁(かぶ・かぶ葉)
おやつ		黒糖蒸しパン	いちごゼリー	ドームケーキ(カスタード)	コーヒーゼリー	洋梨のタルト
夕		ごはん 牛皿 卵の花 えびとブロッコリーの和え物 味噌汁	ごはん さばの照り焼き しろなの煮浸し フルーツ(キウイ) 香の物(桜だいこん)	ごはん ほっけの漬け焼き 金平ごぼう キャベツのゆかり和え 味噌汁	ごはん あじの味噌焼き ぜんまい煮 畑菜の和え物 フルーツ(パイン)	ごはん 鶏肉の玉葱ソース かに焼売 春雨サラダ フルーツ缶(マンゴー)

	10月21日(月)	10月22日(火)	10月23日(水)	10月24日(木)	10月25日(金)	10月26日(土)	10月27日(日)
朝	鮭雑炊 鶏肉と白菜の煮物 フルーツ缶(黄桃)	ごはん ピーマンのきんぴら おぼろ汁 ふりかけ(たらこ)	チョコパン ベーコンと野菜のソテー 牛乳 フルーツカクテル	卵雑炊 ツナと野菜の甘辛味噌炒め フルーツ缶(マンゴー)	かに雑炊 肉じゃが フルーツ缶(洋梨)	クリームパン 大根のポトフ 牛乳 フルーツ缶(ミックス)	ごはん 里芋の揚げ出し 豚汁 ふりかけ(かつお)
昼	ごはん 回鍋肉 大根の中華和え フルーツ(オレンジ) 中華スープ	ごはん 海鮮卵焼き ひじきの煮物 フルーツ缶(りんご) 味噌汁	かに散らし寿司 切干大根の炒り煮 ほうれん草のツナ和え 赤だし汁 お誕生日メニュー	ごはん さわらのつけ焼き ほうれん草の胡麻和え フルーツ(オレンジ) 味噌汁	親子丼 青梗菜とかまぼこの和え物 フルーツ缶(白桃) 味噌汁	ごはん 豚肉の生姜焼き さつま芋と昆布の煮物 フルーツ(キウイ) 味噌汁	ごはん マトウダイの香味焼き しらなとほたての和え物 フルーツ缶(みかん) 味噌汁
おやつ	さつま芋蒸しパン	九龍球(くーろんきゅう) ミニレアチーズパフェ 焼きかぼちゃコロッケ	ダブルチーズケーキ HAPPY BIRTHDAY	黒糖饅頭	カステラ	ペアークリームワッフル	ウィンナー蒸しパン
夕	ごはん 白身魚の辛子マヨネーズ焼き 里芋のそぼろ煮 香の物(赤しその実漬け) 味噌汁	ごはん 鶏肉のごま醤油焼き れんこんきんぴら フルーツ(メロン) きゅうりとわかめのポン酢和え	ごはん 牛肉のしぐれ煮 カリフラワーのゆず醤油和え フルーツ(キウイ) 味噌汁	ごはん とんかつ ちくわとかぶの煮物 浅漬け(白菜) 吉野汁	ごはん さばの味噌煮 茄子の炒め物 フルーツ(パイン) 香の物(しば漬け)	ごはん ほっけの塩麴焼き 冬瓜のえびあんかけ わかめ佃煮 すまし汁	ごはん 鶏肉の照り焼き 厚揚げと大根の煮物 フルーツ缶(洋梨) もずく酢

	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)	
朝	鮭雑炊 大豆五目煮 フルーツ缶(りんご)	ごはん がんもの含め煮 具沢山味噌汁 ふりかけ(のりたま)	あんぱん ジャーマンポテト 牛乳 フルーツ缶(マンゴー)	鶏雑炊 ちゃんちゃん焼き風炒め 金時豆	
昼	ごはん ひれかつ ジャーマンポテト フルーツ缶(パイン) コンソメスープ	肉うどん 卵の花 卵とブロッコリーのサラダ フルーツカクテル	ごはん ゆで豚のごまだれかけ 白菜の煮浸し フルーツ缶(黄桃) 味噌汁	キャロットピラフ エビフライ&コロッケ パンプキンサラダ フルーツ缶(ミックス) コンソメスープ	
おやつ	ぶどうゼリー	ソフトクレープ	和のパンケーキ	★Happy Halloween★	
夕	ごはん しいらの和風ムニエル なすの揚げびたし フルーツ缶(マンゴー) 味噌汁	ごはん 黄金かれの煮付け しろなとちくわの炒め フルーツ(オレンジ) 茶福豆	ごはん かにかま入り卵焼き ひじきと蓮根の炒り煮 フルーツ(パイン) 高菜漬け	ごはん 赤魚のつけ焼き 冬瓜とつみれの煮物 フルーツ缶(みかん) 浅漬け(キャベツ)	