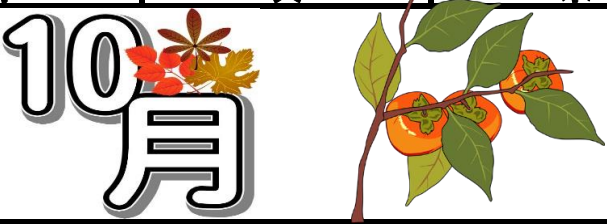


10 月 献 立 表

月	火	水	木	金	土	日
10月 			29	30	1 御飯 赤魚の煮付け キャベツと人参の山葵和え 味噌汁 果物 おやつ	2
3 御飯 海鮮ちゃんぽん 大根とささみの蜂蜜梅和え 冬瓜の煮物 果物 おやつ	4 御飯 鶏肉の鰻焼き 法蓮草の和え物 味噌汁 フルーツ寒天 おやつ	5 御飯 特製中華風ハンバーグ ひき菜炒り（福島郷土料理） 味噌汁 果物 おやつ	6 カレーライス ポテトサラダ ヨーグルト杏ソース 福神漬け おやつ	7 御飯 鰹の山椒焼き 里芋と筍の煮物 味噌汁 漬物 おやつ	8 御飯 豚肉の味噌マヨ炒め 蓮根の炒めなます 清まし汁 漬物 おやつ	9
10 秋の行楽弁当 秋のおこわ・鰯の西京焼 銀杏がんもの煮物 胡瓜の甘酢和え 果物・漬物 清まし汁 おやつ	11 肉うどん 人参と油揚げの生姜和え 青梗菜としめじの煮浸し 果物 おやつ	12 御飯 秋刀魚の塩焼き 根菜煮 味噌汁 果物 おやつ	13 栗ごはん 鶏肉の柔らか煮 里芋田楽 清まし汁 果物 おやつ	14 御飯 回鍋肉 胡瓜の土佐酢 味噌汁 漬物 おやつ	15 ちらし寿司 白菜と豚肉の煮物 うまい菜とえのきの和え物 味噌汁 果物 おやつ	16
17 御飯 鶏肉のにんにく醤油焼き 青梗菜と竹輪の煮浸し 味噌汁 果物 おやつ	18 御飯 鱈の揚げ物（葱ソース） かぼちゃサラダ 味噌汁 漬物 おやつ	19 秋の実りカレー レタスとかにかまのサラダ ブルーベリーヨーグルト 福神漬け おやつ	20 御飯 鮭のちゃんちゃん焼き カリフラワーの和風サラダ 味噌汁 漬物 おやつ	21 親子丼 ねぎの酢味噌和え 青梗菜と油揚げの煮浸し 清まし汁 果物 おやつ	22 御飯 鯖の焼き浸し いんげんのごま和え 味噌汁 漬物 おやつ	23
24 御飯 牛肉の和風炒め 卵の花 味噌汁 漬物 おやつ	25 ねぎとろ丼 牛蒡とさつま揚げの炒め煮 アスパラの中華風サラダ 味噌汁 杏仁豆腐 おやつ	26 御飯 チキンカツ ひじきの煮物 味噌汁 漬物 おやつ	27 五目そば 蓮根の煮物 柚子なます 果物 おやつ	28 駅弁シリーズ （新富士駅・巻狩弁当） おやつ	29 牛丼 キャベツの和え物 ブロッコリーの炒め煮 味噌汁 果物 おやつ	30 
31 御飯 赤魚の煮付け じゃが芋とちくわの旨煮 味噌汁 漬物 おやつ	1	2	3	4	5	

いつもご利用ありがとうございます

高麓デイサービスセンター

電話 054-628-0070

