

# 献立表 2024年10月(ケアセンター栄町)

～ラーメン月間～



	月	火	水	木	金	土
		10月1日	10月2日	10月3日	10月4日	10月5日
昼食		塩ラーメン 焼き餃子 味ごはん	ごはん 味噌汁(玉葱) 鯖の胡麻風味焼き いんげんの塩炒め めかぶなめこ 果物(りんご)	ごはん 中華スープ(わかめ、貝割れ) 八宝菜風 春巻き 春菊のしらす和え 青りんごゼリー	ごはん 味噌汁(えのき) 赤魚の煮付け 冬瓜のそぼろあん 菜の花胡麻和え いちごヨーグルト	かしわそば 海鮮焼売 味ごはん
		10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日
昼食		ごはん 味噌汁(麩、みつば) 鶏の唐揚げ かぶのくず煮風 ピーマン塩ナムル いちごゼリー	ごはん 味噌汁(小松菜) 鰯のみぞれ煮 南瓜の塩バター煮 もやしサラダ 果物(白桃缶)	三色丼 すまし汁(豆腐、葱) ひじきの煮物 果物(パイン缶)	ごはん 味噌汁(大根、葱) チキン南蛮風 ポテトのクリーム煮 オクラのだし和え ミルクデザート(ピーチ)	ごはん 醤油ラーメン キャベツとツナのサラダ 味ごはん
	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日
昼食		【スポーツの日】美唄風鶏飯 かきたま汁 フライ盛り合わせ(豚野菜巻、海老) ほうれん草のしらす和え 果物(黄桃缶)	ごはん 味噌汁(ほうれん草) 鰯の漬け焼き 冬瓜のくず煮 いんげんと蒸し鶏の和え物 マスカットゼリー	ごはん 味噌汁(なめこ、貝割れ) 豚肉の山椒炒め さつま芋のバター醤油煮 ほうれん草くるみ和え りんごヨーグルト	ごはん すまし汁(高野豆腐、みつば) 海老かつの卵とじ ひじきと大豆の炒り煮 キャベツの和え物 果物(バナナ)	ごはん 味噌汁(もやし) 鱈のパン粉焼き 豆腐と春菊のさっと煮 ごぼうサラダ オレンジゼリー
	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日
昼食		塩タンメン 野菜焼売 味ごはん	ごはん 味噌汁(海苔、葱) チキンカツ 切干大根とあさりの煮物 ピーマンのごま風味和え 果物(オレンジ)	ごはん 味噌汁(卵、わかめ) 鱈の塩麹マヨ焼き さつま芋の甘煮 春菊の白和え ぶどうゼリー	チキンカレー コンソメスープ(白菜) ブロッコリーのフレンチドレ和え パインゼリー	ごはん 味噌汁(かぶ、葉大根) 鱈の梅だれかけ 青梗菜と海老のソテー マカロニサラダ 果物(白桃缶)
	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日		
昼食		ごはん 味噌汁(麩、貝割れ) ささみ大葉フライ 南瓜の煮付け キャベツのしらす和え 杏仁豆腐	月見うどん 焼売 いちごゼリー	ごはん 味噌汁(南瓜) ポークソテー 焼き豆腐田楽 春菊のなめ茸和え バニラババロア	味噌バターラーメン 焼き餃子 味ごはん	

※仕入の状況により献立が変更になる場合がございます。



COOP コープフーズ株式会社  
SAPPORO



©トドック