

江古田の森 10月献立表

- ・おやつは提供のない事業所もあります。(障害者支援施設:黄色で塗りつぶされた箇所のみ提供になります。)
- ・通所事業所:昼食のみの提供となります。また開所日は各事業所の予定表をご覧ください。
- ・発注等の関係により、献立が変更となる場合があります。

日付					10月01日(木)	10月02日(金)	10月03日(土)
朝					御飯 野菜炒め ふりかけ(しそ) みそ汁(もやし・うずまき麩) 乳飲料	御飯 さつま揚げの炒め煮 たいみそ みそ汁(じゃが芋・ねぎ) 乳飲料	御飯 厚揚げと青菜の煮物 ふりかけ(さけ) みそ汁(大根・ワカメ) 乳飲料
昼					麦ご飯 ますのチャンチャン焼き ひじきの煮物 フルーツ缶(黄桃) きのこ汁	御飯 鶏肉の生姜焼き 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 高野豆腐の含め煮 フルーツ缶(ﾊﾟｲﾝ) みそ汁(かぶ・大根葉)	きのこご飯 松風焼き 付)ｵｸﾗ 畑菜の錦糸和え フルーツ缶(ﾐｯｸｽ) お吸物(長葱・うずまき麩)
昼間					キウイゼリー	ドームケーキ(ｶｽﾀｰﾄﾞ)	かすてら饅頭
夕					御飯 豚すき煮 いんげんとツナの炒め物 温泉卵	御飯 白身魚の中華甘酢あん ﾁﾝｹﾝ菜とえびの旨煮 ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ	御飯 さわらの香味焼き 付)いんげん さつま芋と昆布の煮物 白菜のさっぱり和え
日付	10月04日(日)	10月05日(月)	10月06日(火)	10月07日(水)	10月08日(木)	10月09日(金)	10月10日(土)
朝	食パン・ジャム オムレツ 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾞ(かぶ・かぶ葉) 乳飲料	御飯 炒り豆腐 ふりかけ(たまご) みそ汁(ﾁﾝｹﾝ菜・長葱) 乳飲料	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 のり佃煮 みそ汁(小松菜・うずまき麩) 乳飲料	御飯 がんと里芋の含め煮 ふりかけ(しそ) みそ汁(しろな・玉葱) 乳飲料	御飯 卵とじ たいみそ みそ汁(おつゆ麩・大根葉) 乳飲料	御飯 肉詰めいなりの煮物 ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・かぶ葉) 乳飲料	御飯 大根のそぼろ煮 のり佃煮 みそ汁(ｷｬﾍﾞﾂ・ねぎ) 乳飲料
昼	御飯 ﾏﾊﾞﾙの揚げ浸し 付)小松菜・花麩 五目おから フルーツ(ﾊﾞﾅﾅ) みそ汁(じゃが芋・玉葱)	麦ご飯 ほっけの生姜醤油焼き 付)しろな 里芋の煮ところがし フルーツ缶(りんご) みそ汁(大根・しめじ)	御飯 豚肉の玉葱ソースかけ 付)ｷｬﾍﾞﾂ ほうれん草とかまぼこの和え フルーツ缶(ﾏﾝｺﾞｰ) みそ汁(もやし・大根葉)	御飯 ますの漬け焼き 付)畑菜 茄子のそぼろかけ フルーツ缶(黄桃) お吸物(冬瓜・ねぎ)	御飯 白身魚のｶﾚｰﾐﾆｰﾙ 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾂﾄ フルーツ缶(みかん) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾞ(小松菜・しめじ)	和風ｽﾊﾟｹﾞﾃｲ 白菜のﾐﾙｸ煮 ﾊﾝﾌﾟｷﾝｻﾗﾀﾞ りんごゼリー	御飯 さばのみそ焼き 付)ｵｸﾗ 小松菜のおかか和え フルーツ缶(ﾊﾟｲﾝ) お吸物(豆腐・うずまき麩)
昼間	和のパンケーキ(抹茶)	グレープゼリー	マドレーヌ	どら焼き(抹茶)	ドームケーキ(ﾁｮｺ)	酒まんじゅう	きみしぐれ
夕	御飯 豚肉と温野菜のねぎだれ 冬瓜の信田煮 ほうれん草の磯和え	御飯 豚肉のｹﾁｬｯﾌﾟ炒め 付)ｸﾞﾘﾙ野菜 いんげんとﾍﾞｰｺﾝの炒め物 ﾋﾞﾙｽ	御飯 あじの塩麹焼き 付)ｵｸﾗ 金平ごぼう 冷奴	御飯 鶏肉のﾀﾙﾀﾙ焼き 付)ﾅﾎﾞﾘﾀﾝ ちくわと大根の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和え物	麦ご飯 回鍋肉 えび焼売 ﾁﾝｹﾝ菜の中華和え	御飯 さわらの南部焼き 付)いんげん ﾚﾊﾞｰの炒め物 ほうれん草のなめたけ和え	御飯 洋風卵焼き 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 冬瓜とえびのｺﾝｿﾒ煮 玉葱と人参のﾚﾓﾝ風味ｻﾗﾀﾞ
日付	10月11日(日)	10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)	10月16日(金)	10月17日(土)
朝	御飯 野菜つみれとかぶの煮物 ふりかけ(さけ) みそ汁(ﾁﾝｹﾝ菜・玉葱) 乳飲料	御飯 オムレツ 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ふりかけ(しそ) みそ汁(さつま芋・大根葉) 乳飲料	御飯 ﾁﾝｹﾝ菜とﾍﾞｰｺﾝの炒め物 金山寺みそ みそ汁(おつゆ麩・ワカメ) 乳飲料	御飯 炒り豆腐 ふりかけ(さけ) みそ汁(もやし・大根葉) 乳飲料	御飯 厚揚げと青菜の煮物 たいみそ みそ汁(玉葱・うずまき麩) 乳飲料	御飯 和風ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ふりかけ(かつお) みそ汁(冬瓜・かぶ葉) 乳飲料	御飯 がんとかぶの含め煮 ふりかけ(たまご) みそ汁(ほうれん草・玉葱) 乳飲料
昼	御飯 豚肉のﾎﾝ酢炒め ほうれん草の錦糸和え フルーツ缶(みかん) みそ汁(もやし・ワカメ)	炒飯 えびと厚揚げの塩炒め 杏仁ﾌﾙｰﾂ 中華ｽｰﾌﾞ(春雨・ねぎ)	御飯 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ソース) 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ・ﾊﾟｽﾀ ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ フルーツ缶(りんご) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾞ(ほうれん草・しめじ)	御飯 ﾏﾊﾞﾙのごま醤油焼き 付)畑菜 れんこんきんぴら フルーツ缶(ﾊﾟｲﾝ) みそ汁(かぶ・かぶ葉)	ﾋﾞﾋﾞﾝﾊﾞ ﾋｰﾌﾝ炒め フルーツ缶(ﾏﾝｺﾞｰ) 中華ｽｰﾌﾞ(白菜・ワカメ)	麦ご飯 さわらの西京焼き 付)いんげん ﾁﾝｹﾝ菜の辛子和え フルーツ(ﾊﾞﾅﾅ) けんちん汁	御飯 豚肉のゆず醤油炒め なすの煮物 フルーツ缶(りんご) みそ汁(もやし・油揚げ)
昼間	人形焼き	ソフトクレープ(ﾊﾞﾆﾗ)	どら焼き(ｺｼあん)	ドームケーキ(ｶｽﾀｰﾄﾞ)	かすてら饅頭	いちごゼリー	ドームケーキ(ｶｽﾀｰﾄﾞ)
夕	御飯 白身魚のﾊﾞｼﾞﾙ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 白菜ｻﾗﾀﾞ	御飯 鶏肉のゆず醤油ソース ゆず醤油ソース) 付)ﾋｰﾏﾝ 大根とさつま揚げの炒め煮 しろなのごま和え	麦ご飯 あじの香味焼き 付)いんげん 肉じゃが 二色浸し	御飯 ﾁｷﾝｶｯﾂ 付)ｷｬﾍﾞﾂ ソース) 冬瓜のえびあんかけ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和風ﾏﾕﾈｰｽﾞ和え	御飯 黄金かれいの焼き浸し 付)牛蒡・花人参 さつま芋甘煮 ｵｸﾗのおかか和え	御飯 鶏肉のｹﾁｬｯﾌﾟ焼き 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ じゃが芋のｶﾚｰ炒め ｷｬﾍﾞﾂのｻﾗﾀﾞ	御飯 さばの塩麹焼き 付)大根おろし しろなの煮浸し ｶﾘﾌﾗﾜｰの香味和え
日付	10月18日(日)	10月19日(月)	10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)	10月24日(土)
朝	御飯 ｳｲﾝﾅｰｿﾃｰ 金山寺みそ みそ汁(さつま芋・ワカメ) 乳飲料	御飯 ちくわと大根の炒り煮 ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・椎茸) 乳飲料	御飯 厚揚げと白菜の煮物 のり佃煮 みそ汁(冬瓜・ねぎ) 乳飲料	御飯 オムレツ 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ふりかけ(かつお) みそ汁(里芋・大根葉) 乳飲料	御飯 和風ﾐｰﾄﾎｰﾙ 付)畑菜 たいみそ みそ汁(もやし・ねぎ) 乳飲料	御飯 ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ふりかけ(しそ) みそ汁(冬瓜・大根葉) 乳飲料	御飯 肉詰めいなりの煮物 うめびしお みそ汁(さつま芋・ねぎ) 乳飲料
昼	御飯 ほっけのねぎ味噌焼き 付)小松菜 高野豆腐の含め煮 フルーツ缶(黄桃) お吸物(白菜・うずまき麩)	ﾎｰｹﾞｶﾚｰ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ ﾕｰｸﾞﾙﾄﾃﾞｻｰﾄ 香の物(福神漬)	御飯 ﾏﾊﾞﾙの煮付け 付)花人参・長葱 畑菜ともやしの和え物 フルーツ缶(ﾊﾟｲﾝ) みそ汁(さつま芋・かぶ葉)	御飯 豚肉のｵｲｽﾀｰソース炒め 大根ｻﾗﾀﾞ フルーツ(ﾊﾞﾅﾅ) 中華ｽｰﾌﾞ(豆腐・ﾁﾝｹﾝ菜)	御飯 海鮮卵焼き 塩だれあん) 肉じゃが フルーツ缶(ﾐｯｸｽ) みそ汁(しろな・おつゆ麩)	御飯 豚肉のしぐれ煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰのゆず風味和え フルーツ缶(黄桃) みそ汁(白菜・油揚げ)	麦ご飯 あじの山椒焼き 付)人参きんぴら ほうれん草の錦糸和え フルーツ缶(みかん) みそ汁(玉葱・かぶ葉)
昼間	ソフトクレープ(ﾁｮｺﾚｰﾄ)	どら焼き(ずんだ)	かえでの実	吹雪饅頭	マドレーヌ	人形焼き	ドームケーキ(ﾁｮｺ)
夕	御飯 鶏肉の梅肉焼き 付)いんげん 冬瓜のくず煮 ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ	御飯 あじの漬け焼き 付)ｵｸﾗ ひじきの煮物 ほうれん草のﾋｰﾅｯﾂ和え	御飯 麻婆茄子 かに焼売 春雨ｻﾗﾀﾞ	麦ご飯 白身魚のみそﾓﾕﾈｰｽﾞ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 ｷｬﾍﾞﾂの磯和え	御飯 鶏肉の照り焼き 付)ﾋｰﾏﾝ れんこんの甘辛炒め ほうれん草の辛子和え	御飯 さわらのねぎ醤油焼き 付)茄子 里芋とちくわの含め煮 小松菜のおかか和え	御飯 とんかつ ソース) 付)ｷｬﾍﾞﾂ かぶのきのこあんかけ いんげんのごま和え
日付	10月25日(日)	10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)	10月31日(土)
朝	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(大根・うずまき麩) 乳飲料	御飯 豆腐のそぼろ煮 のり佃煮 みそ汁(かぶ・かぶ葉) 乳飲料	御飯 だし巻卵 付)小松菜 ふりかけ(かつお) みそ汁(もやし・大根葉) 乳飲料	御飯 さつま揚げの炒め煮 たいみそ みそ汁(豆腐・ねぎ) 乳飲料	御飯 がんとかぶの含め煮 ふりかけ(さけ) みそ汁(さつま芋・大根葉) 乳飲料	御飯 ちくわと里芋の煮物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(しろな・長葱) 乳飲料	御飯 お魚ソーセージソーテ ふりかけ(たまご) みそ汁(かぶ・油揚げ) 乳飲料
昼	親子丼 ﾁﾝｹﾝ菜のお浸し フルーツ缶(りんご) みそ汁(豆腐・ワカメ)	御飯 豚肉の生姜焼き 付)ｷｬﾍﾞﾂ 冬瓜の土佐煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(しろな・油揚げ)	御飯 白身魚の甘酢あんかけ ﾁﾝｹﾝ菜とえびの炒め物 フルーツ(ﾊﾞﾅﾅ) みそ汁(じゃが芋・ワカメ)	御飯 白身魚の和風ﾐﾆｰﾙ 付)ﾋｰﾏﾝ なすの揚げ浸し フルーツ缶(ﾊﾟｲﾝ) みそ汁(白菜・うずまき麩)	肉うどん 具) じゃが芋のたらこ炒め たまごとﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ	麦ご飯 かにかま入り卵焼き 和風あん) 炒り鶏 フルーツ缶(みかん) みそ汁(かぶ葉・おつゆ麩)	◎ﾊﾛｳｳｲﾝ◎ ｷｬﾛｯﾄﾋﾞﾗﾌ 海老ﾌﾗｲ・ｺﾛｯｹ ソース) 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ｷｬﾍﾞﾂ ﾊﾝﾌﾟｷﾝｻﾗﾀﾞ フルーツ缶(ﾐｯｸｽ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾞ(畑菜・えのき)
昼間	和のパンケーキ(きなこ黒蜜)	ドームケーキ(ｶｽﾀｰﾄﾞ)	味噌まんじゅう	りんごのタルト	きみしぐれ	プリン	シュークリーム
夕	御飯 さばの味噌煮 付)ｵｸﾗ・花人参 なすの炒め物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ	麦ご飯 ほっけの塩麹焼き 付)いんげん さつま芋と昆布の煮物 白菜のお浸し	御飯 鶏肉のﾓｺﾞﾓｰｽ 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 厚揚げと大根の煮物 ほうれん草とｶﾆｶﾏの和え物	御飯 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ きのこソース) 付)いんげん・人参ｸﾞﾗッセ ﾊﾞｼﾞﾙﾊﾟｽﾀ ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ	御飯 かれいの煮付け 付)ｵｸﾗ・花麩 卵の花 ｷｬﾍﾞﾂのﾄﾚｯｼﾝｸﾞ和え	御飯 ゆで豚のごまだれかけ 付)もやし・赤ﾋｰﾏﾝ ひじきとれんこんの炒め煮 二色浸し	御飯 さわらの照り焼き 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 京風豆腐 小松菜とかまぼこの和え物