## ♦♦♦献立表♦♦♦

シロクち	年10月	サニーステージ深大寺	≪常食≫				
2025	<u>+ , ∪                                  </u>	<u> </u>	《吊艮》 10/1(水)	10/2(木)	10/3(金)	10/4(土)	10/5(日)
			御飯	ロールパン	梅しらす雑炊	御飯	御飯
			味噌汁	コーンスープ	厚焼き玉子	味噌汁	味噌汁
朝食			車麩の煮物	ウインナーソテー	小松菜のお浸し	つみれと大根の煮物	魚河岸揚煮物
初及			白菜のソテー	インゲンサラダ	しば漬け	ピーマンとツナのソテー	春菊のカニカマ和え
			なめたけおろし	ヨーグルト	ヤクルト	もやしの辛子和え	納豆
			ヤクルト	牛乳		牛乳	牛乳
l.			キーマカレー	きつねうどん	御飯	御飯	御飯
			卵サラダ	蒸し鶏の胡麻ドレ和え	味噌汁	中華スープ	味噌汁
昼食			フルーツ	茄子の揚げ浸し	はんぺんのチーズサンドフライ	鶏肉と厚揚げのチリソース煮	鶏肉の照焼
l.			コンソメスープ	フルーツ	高野豆腐の含め煮	レンコンの中華炒めめ	胡瓜としらすの酢の物
					春菊のお浸し	チンゲン菜ともやしのナムル	さつまいもの薄煮
おやつ			スイートポテト	焼きプリンタルト	水ようかん	シュークリーム(いちご)	今川焼き(こしあん)
			御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
- ^			すまし汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
夕食			鰆の香味焼	ポークデミソース	メルルーサのムニエル	鯖の塩焼	ぎせい豆腐
l.			竹の子の煮付け	切り昆布の煮付	大根とちくわの煮物	南瓜のいとこ煮	インゲンとベーコンの炒め物
			キャベツの和風柚子和え	大根サラダ	菜の花のごま和え	白菜のゆかり和え	オクラの梅肉和え
	10/6(月)	10/7(火)	10/8 (水)	10/9(木)	10/10(金)	10/11(土)	10/12(日)
l.	ロールパン	御飯	御飯	ロールパン	きのこ雑炊	御飯	御飯
l.	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	里芋と麩の煮物	味噌汁	味噌汁
朝食	ポテトグラタン	ゴボウ巻きの煮物	高野豆腐の卵とじ	スクランブルエッグ	茄子の青しそ和え	さつま揚げの煮物	がんもの煮物
	カリフラワーのサラダ	大根のおかか煮	キャベツの高菜炒め	ポテトサラダ	漬物	青梗菜のソテー	春菊のピーナッツ和え
Į.	ヨーグルト	ブロッコリーのごまドレかけ	いんげんのピーナツ和え	ヨーグルト	ヤクルト	もやしのゆかり和え	納豆
	牛乳	牛乳	ヤクルト	生乳	1. 10 =	牛乳	牛乳
	御飯	海老ピラフ	御飯	御飯	しおラーメン	御飯	天井
	はるさめスープ	コンソメスープ	味噌汁	すまし汁	春巻き	野菜スープ	茄子と冬瓜の煮びたし
昼食	豚肉のスタミナ炒め	アスパラとベーコン炒め	ロースカツ	鶏の梅肉風味焼き	大根の中華和え	鶏肉とキノコのソテー	卵豆腐の清汁
I.	いんげんの中華和え	シーザーサラダ	ビーフン炒め	胡瓜の酢の物	杏仁豆腐	ハムサラダ	漬物
	冬瓜の海老あんかけ	フルーツ	もやしとチンゲンサイの胡麻和え			オレンジゼリー	<u>                                     </u>
おやつ	クリームコンフェ	フルーチェ	紅茶ケーキ	抹茶ババロア	バームクーヘン(チョコ	いちごクレープ	ドームケーキ
	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
I.	すまし汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	すまし汁	味噌汁
夕食	鰆の味噌風味焼き	ゴーヤと豆腐の炒め物	ぶりの照り焼き	赤魚の柚庵焼き	ホキの甘酢あんかけ	赤魚の揚げだし	タラのムニエル
-	大豆の五目煮	ピーマンの炒め物	蓮根の金平	切干大根の煮物	ほうれん草卵とじ	インゲンのソテー	ピーマンと白滝の金平
l.	茄子の油炒め	白和え	菜の花のお浸し	小松菜の和え物	カリフラワーとハムの和え物	山芋の青しそ和え	ささみと胡瓜の和え物
	10/13(月)	10/14(火)	10/15(zk)	10/16(木)	10/17(金)	10/18(土)	10/19(日)
	ロールパン	御飯	御飯	フレンチトースト	かに雑炊	御飯	御飯
l.	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	コーンスープ	鶏団子と豆腐の煮物	味噌汁	味噌汁
+n 🐟	オムレツ	生揚げと椎茸の煮物	南瓜そぼろ煮	野菜とソーセージのソテー	オクラのおかか和え	車麩の卵とじ	高野豆腐の含め煮
朝食	マカロニサラダ	白菜の炒め	もやしとハムの炒め物	カリフラワーの胡麻ドレ	漬物	野菜のソテー	ほうれん草のお浸し
	ヨーグルト	なめこのおろし和え	昆布佃煮	ヨーグルト	ヤクルト	もやしのゆかり和え	納豆
l.	牛乳	牛乳	ヤクルト	牛乳	( ) // (	牛乳	牛乳
	菜めし	御飯	冷したぬきうどん	御飯	御飯	御飯	御飯
l.	味噌汁	味噌汁	枝豆ご飯	卵スープ	ずまし汁	味噌汁	味噌汁
	  豚肉の味噌マヨネーズ焼き	スポート 鶏肉の塩麹焼き	校立こ	回鍋肉	タラの中華蒸し	味噌汁 肉豆腐	
三尺	インゲンとベーコンのソテー	インゲンとハムの炒め物	フルーツ	海鮮しゅうまい	冬瓜の煮物	いんげんと桜海老の炒め	南瓜の煮物
l.	水菜と大根のサラダ	春菊の辛子和え	JN-9	春雨サラダ	<b>菜の花のドレッシング和え</b>	ごぼうのサラダ	大根のユズ和え
おわつ	ワッフル	オレンジゼリー	プリン	エクレア	コーヒーゼリー	今川焼き	お誕生日ケーキ
	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	すまし汁	味噌汁	すまし汁
夕食	蓮根入りつくね焼き	鰈の野菜あん	若鶏と野菜の冶部煮	鯵のバター醤油焼き	冷し豚しゃぶ	鰆のかぶら蒸し	豚肉の味噌漬焼き
712	ぜんまいの煮物	炒り豆腐	ピーマンと筍の炒め物	厚揚げの煮物	揚げ茄子の煮浸し	つみれと大根の煮物	海老シューマイ
I.	もやしの青しそ和え	ほうれん草のお浸し	キャベツの梅和え	菜の花のお浸し	白菜の和え物	小松菜とかまぼこの和え物	れんこんのずんだ和え
	10/20(月)	10/21(火)	10/22(水)	10/23(木)	10/24(金)	10/25(土)	10/26(日)
	ロールパン	御飯	御飯	ロールパン	鮭雑炊	御飯	御飯
							味噌汁
		味噌汁 ーロがんもの煮物	味噌汁 大根とさつま揚げの煮物	コーンスープ	えび団子の煮物	味噌汁 さつま揚げの煮物	味噌汁 車麩の煮物
朝食	マカローとワインテのコンソメ煮 マセドアンサラダ	たまねぎとアスパラの炒め物	大根とさつま揚げの煮物  ピーマンと白瀧の金平	じゃが芋とウインナーソテー  きのこのソテー	炒め大根 漬物	さつま揚げの煮物 もやしの炒め物	単数の煮物 ピーマンと白瀧の金平
		たまねさとアスハラの炒め物   もやしのからし和え			<sup>浪物</sup> ヤクルト		
I.	ヨーグルト	しっとしいからし付え	春菊の胡麻和え	ヨーグルト	LY 2 IV P	インゲンの辛子和え	納豆
	牛乳	<b>十</b> 回	カカルト	1 件 図		<b>开</b> 型	
	<b>谷□金匠</b>	牛乳 シーマードカレー	ヤクルト	牛乳		牛乳 细節	<u>牛乳</u>
	御飯味噌汁	シーフードカレー	御飯	スパゲティナポリタン	五目チャーハン	御飯	天津丼
	味噌汁	シーフードカレー コンソメスープ	御飯 コンソメスープ	スパゲティナポリタン オニオンスープ	五目チャーハン 中華スープ	御飯 味噌汁	天津丼 中華スープ
昼食	味噌汁 親子煮	シーフードカレー コンソメスープ ブロッコリーときのこのソテー	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め	天津丼 中華スープ シュウマイ
昼食	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め	シーフードカレー コンソメスープ ブロッコリーときのこのソテー コールスローサラダ	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ	スパゲティナポリタン オニオンスープ	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め	天津丼 中華スープ
昼食	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろし和え	シーフードカレー コンソメスープ ブロッコリーときのこのソテー コールスローサラダ フルーツ	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ フルーツ	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴープリン	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーツ	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁豆腐
昼食	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろし和え ミルクドーナツ	シーフードカレー コンソメスープ ブロッコリーときのこのソテー コールスローサラダ フルーツ 黒糖ケーキ	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ フルーツ まんじゅう	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ 水ようかん	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴープリン スイスロール	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーツ マンゴープリン	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁豆腐 チョコクレープ
昼食	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め <u>茄子のおろし和え</u> ミルクドーナツ 御飯	シーフードカレー コンソメスープ ブロッコリーときのこのソテー コールスローサラダ フルーツ 黒糖ケーキ 御飯	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ フルーツ まんじゅう 御飯	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ 水ようかん 御飯	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴープリン スイスロール 御飯	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーツ マンゴープリン 御飯	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁豆腐 チョコクレープ 御飯
おやつ	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め <u>茄子のおろし和え</u> ミルクドーナツ 御飯 味噌汁	シーフードカレー コンソメスープ ブロッコリーときのこのソテー コールスローサラダ フルーツ 黒糖ケーキ 御飯 すまし汁	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ フルーツ まんじゅう 御飯 すまし汁	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ 水ようかん 御飯 味噌汁	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴーブリン スイスロール 御飯 味噌汁	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーツ マンゴープリン 御飯 すまし汁	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁豆腐 チョコクレープ 御飯 ずまし汁
おやつ	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め <u>茄子のおろし和え</u> ミルクドーナツ 御飯噌汁 赤魚粕漬焼き	シーフードカレー コンソメスープ ブロッコリーときのこのソテー コールスローサラダ フルーツ 黒糖ケーキ 御飯 対まし汁 鶏肉のパン粉焼き	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ フルーツ まんじゆう 御飯 し汁 むつの味噌焼き	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ 水ようかん 御飯 御味噌汁 白身魚のマスタード焼き	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴープリン スイスロール 御飯 味噌汁 ほきの西京焼き	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め 豚なすとピーマンの味噌炒め フルーツ マンゴーブリン 御飯し汁 鰆のごま塩焼き	天津井 中華・ウマイ 杏 (
おやつ	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろし和え ミルクドーナツ 御飯 味噌汁 赤魚粕漬焼き 竹輪と野菜の煮物	シーフードカレー コンリメスープ ブロッコリーときのこのソテー コールスローサラダ フルーツ 黒糖ケーキ 御飯 すまし汁 乳肉のパン粉焼き 炒り豆腐	御飯 コンメススープ 煮込みハンバーグ マカローツ まんじゅう 御飯 しい味噌焼きしい味噌焼き 里芋と数の煮物	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ 水ようかん 御飯 味噌汁 白身魚のマスタード焼き 南瓜の含め煮	五目チャーハン 中華スープ えびいりゆ子 胡瓜ザーサイ和え マンゴープリン スイスロール 御飯 味噌汁 ほきの西京焼き きのこの卵とじ	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーゴーツ マの飯 しごまで しごま 切り見 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
おやつ	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろし和え ミルクドーナツ 御飯 味噌汁 赤魚油漬焼き 竹輪と財瓜の酢の物	シーフードカレー コンソメスープ ブロッソーときのこのソテー コールスツ フルーツ 黒糖ケーキ 御飯 すまし汁 鶏肉のパン粉焼き 炒り豆腐 長芋とオクラの梅肉和え	御飯 コンソメスープ 煮シストプ 素シストプ カルーツ まかのじゅう 歯御飯 けい味噌焼き せむ子と麩の表 土佐酢和え	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ 水ようかん 御飯 味噌汁 白身魚のマスタード焼き 南瓜の含め煮 菜の花のなめたけ和え	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴープリン スイスロール 御飯 味噌汁 ほきの西京焼き きのこの卵とじ ブロッコリーのドレッシング和え	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーゴーツ マの飯 しごまで しごま 切り見 切り見 切り見	天津井 中華・ウマイ 杏 (
おやつ	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろし和え ミルクドーナツ 御飯 味噌汁 赤魚粕漬焼き 竹輪と野菜の煮物 かにと胡瓜の酢の物 10/27(月)	シーフードカレー コンソメスープ ブロッコリーときのこのソテー コールスローサラダ フルーツ 黒糖ケーキ 御飯 すまし汁 鶏肉のパン粉焼き 炒り豆腐 集芋とオクラの梅肉和え 10/28(火)	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ フルーツ まんじゆう 御飯 し汁 むつの味噌焼き 里芋と麩の煮物 土佐酢和え	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ 水ようかん 御飯 味噌汁 白身魚のマスタード焼き 南瓜の含め煮 東の花のなめたけ和え 10/30(木)	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴーブリン スイスロール 御飯 味噌汁 ほきの西京焼き きのこの卵とじ ブロッコリーのドレッシング和え	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーゴーツ マの飯 しごまで しごま 切り見 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
おやつ	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろし和え ミルクドーナツ 御飯噌汁 赤魚粕漬焼き 竹輪と野菜の煮物 かにと胡瓜の酢の物 10/27(月) ロールパン	シーフードカレー コンリメスープきのこのソテー コールスローサラダ フルーツ 黒糖ケーキ 御飯 対まし汁 鶏肉のパン粉焼き 炒り豆腐 大学とオクラの梅肉和え 10/28(火)	御飯 コンソメスープ 煮込みハンドラグ マカロニサラダ フルーツ まんじゆう 御飯 すまし汁 むつ味噌焼き 里芋と数の煮物 土佐酢和え 10/29(水)	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ 水ようかん 御な飯 味噌汁 白身魚のマスタード焼き 南瓜の含め煮 菜の花のなめたけ和え 10/30(木) ロールパン	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴーブリン スイスロール 御飯 暗哨 ほきの西京焼き きのこの卵とじ ブロッコリーのドレッシング和え 10/31(金)	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーゴーツ マの飯 しごまで しごま 切り見 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
<b>昼食</b> おやつ 夕食	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろし和え ミルクドーナツ 御飯 味噌汁 赤魚粕漬焼き 竹輪と野菜の煮物 かにと胡瓜の酢の物 10/27(月) ロールパン コンソメスープ	シーフードカレー コンソメスープきのこのソテー コールスローサラダ フルーツ 黒糖ケーキ 御飯 すまし汁 鶏肉のパン粉焼き 炒り豆腐 長芋とオクラの梅肉和え 10/28(火) 御飯 味噌汁	御飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ マカルニサラダ フルーツ まんじゅう 初飯 すましけ むつ味噌焼き 里生佐酢和え 10/29(水) 保噌 味噌汁	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンサラダ フルーツ 水ようかん 御飯 味噌汁 白身魚のマスタード焼き 南瓜の含め煮 菜の花のなめたけ和え 10/30(木) ロールパン コンソメスープ	五目チャーハン 中華スープ えびいりは子 胡瓜ザーサイ和え マンゴープリン スイスロール 御飯 味噌汁 ほきの西京焼き きのこの卵とじ ブロッコリーのドレッシング和え 10/31(金) 梅しらす雑炊 肉団子の煮物	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーゴーツ マの飯 しごまで しごま 切り見 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
<b>昼食</b> おやつ 夕食	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろし和え ミルクドーナツ 御飯 味噌汁 赤魚粕治野菜の煮物 かにと胡瓜の酢の物 10/27(月) ロールパン コンソナーソテー	シーフードカレー コンリメフープきのこのソテー コーループきダ フルーツ 黒糖ケーキ 御飯 すまし汁 鶏肉のパン粉焼き 数り豆腐 10/28(火) 御味噌汁 がんもの煮物	御飯 コンソメスープ 煮込みハンリラグ フルーグ マカロニッツ ま御飯 すまつの味噌焼き 単生を配和え 10/29(水) 御・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	スパゲティナポリタン オニオンスープ グリーンツ 水ようかん 御飯 味噌汁 白身魚のマスタード焼き 南瓜の含め煮 変の花のなめたけ和え 10/30(木) ロールパン コンソスープ スクランブルエッグ	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴーブリン スイスロール 御飯 味噌汁 ほきの西京焼き ラフュリーのドレッシング和え 10/31(金) 梅し子の煮物 小松菜のお浸し	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとピーマンの味噌炒め フルーゴーツ マの飯 しごまで しごま 切り見 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
<b>昼食</b> おやつ 夕食	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろしカラ ミルクドーナツ 御飯噌汁 赤魚粕漬焼き 竹輪と野菜の煮物 かにと胡瓜の酢の物 10/27(月) ロールパン コンインカーサラダ	シーフードカレー コンリンリーときのこのソテー ブロールーツ 黒糖ケーキ 御飯 切まし汁 類肉のパン粉焼き 炒りをオクラの梅肉和え 10/28(火) 御飯 味噌汁 がんもの煮物 卵とニラのソテー	御飯 コンソメスープ 煮込みハンサラ フルーグ マカローツ 恵のは 御飯 は 計での味噌焼き 里芋と酢和え 御飯 味噌汁 高野豆のソテー	スパゲティナポリタンオニオンスープグリーーツ 水ようかん 御飯 味噌汁 白身魚の含め煮 菜の花のなめたけ和え 10/30(木) ロールパン コンソメスープ スハムサラダ	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴーブリン スイスロール 御飯 味噌汁 ほきのこの卵とじ ブロッコリーのドレッシング和え 10/31(金) 梅しらす雑炊 肉団子の煮物 小松菜のお浸し 漬物	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
<b>昼食</b> おやつ 夕食	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおろしナツ 御味噌汁 赤魚粕漬焼き 竹輪と胡 ID/27(月) ロールパンープー ロールパンープー ローンインニント コーンインニックインニックインニックインニックインニックマー コーグター	シーフードカレー コンマッコローサラのこのソテー ブロールーツ 黒糖ケーキ 御飯 しけ 鶏肉の豆腐 しけ 野肉の豆腐 (大きな)	御飯 コンメメスープ 煮シみハンサラ フルーグ マカロニサ ラカルーツ まんじゆ 可ままし 一部を の味噌 生きを 10/29(水) 御飯 味噌 計 高野菜のハノ草の はめたけ和え	スパゲティナポリタンオニオンスナーブグリーーツ 水ようかん 御味噌汁 白身魚の含め煮 たけ和え 10/30(木) ローンソランブン スクランザー フェッグ フェッグ フェッグ フェッグ フェッグ フェッグ フェーグルト	五目チャーハン 中華スープ えびいり餃子 胡瓜ザーサイ和え マンゴーブリン スイスロール 御飯 味噌汁 ほきの西京焼き ラフュリーのドレッシング和え 10/31(金) 梅し子の煮物 小松菜のお浸し	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食おやつタ食朝食	味噌汁 親子煮 野菜のオイスター炒め 茄子のおーナツ 御飯 味噌料漬焼き 竹輪と胡瓜の酢の物 10/27(月) ロールパメーソラー ロコンインコーナー マカーグルト 牛乳	シーフードカレー コフリメリーときのこのソテー コールーツ 書棚版 すまっのパーク 表別 という は を は かり を と かり の を かり がん もの 煮物 卵 といぶ と かり かか が かり かい かり かい かり かい かり と と うし かい が かり かい かり かり かり かり かり かり かい かい かり	御飯 コンソメスープ 煮シストプ 素シストプ 素シストプ 素シストプ カルーツ まんじゅう 御飯 すましい味噌焼き 生佐酢和え 10/29(水) 御飯 味噌汁 高野草のソテー にうれん草のなめたけ和え ヤクルト	スパゲティナポリタンオニオンスナーブグリルーツ 水ようかん 御飯 味噌 計像の含め 数 たけ和え 10/30(木) ロールパンスープ スクラフダー アン・フィン・フィン・フィン・フィン・フィン・フィン・フィン・フィン・カーグルト 中乳	五目チャーハン 中華ス・プ えびいりは子 胡瓜ザーサイ和え マンゴープリン スイスロール 御飯 味噌汁 ほきのこの卵とじ ブロッコリーのドレッシング和え 10/31(金) 梅しらす雑様 小松菜のお浸し 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食おやつタ食朝食	味噌汁 親子煮 野菜のおイスター炒め が子のおろしカツ 御味噌汁 赤魚粕漬焼き 竹輪と財瓜の酢の物 10/27(月) ロールパンン コールパンン コールパンン コウイカローナソナー マカブルト 牛乳 御飯	シーンードカレー コンリンリーとラのこのソテーフリーとラックフリーとラックフリーとラックでは、 フルーツ 黒糖ケーキ	御飯 コンソメスープ 煮込みハニサラグ フルーグ マカローツ まがのでする。 おいて、	スパゲティン・ボリタンオニオンス・ファック マスタード焼き かん 御飯 味噌汁 白身魚の含め あたけ和え 10/30(木) ローンソメンブルン・メンブルン・メンブルン・メンブルン・サラド キ乳 とろろそば	五目チャーハン 中華スープ ・	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食おやつ食朝食	味噌汁 親子煮 野菜 イスター炒め カイス カス	シーフードカレー コフリーン きゃく できな ファー アーフリンコー とう のこの ソテーフリー ファッコスロー ファッカー ファッカー は から できる いっしゃ いっと いっと いっと できる いっと	御飯 コンソメスープ 煮込みハンサラ フルーグ マカローツ 恵のは 御町まつの味噌焼き 里芋と酢和え 御飯 味噌汁 高白葉菜のれんすっのなめたけ和え ヤクルト 御飯 味噌汁	スパデテスープ オニオンスラダ フルーツ 水ようかん 御飯 味噌汁 白身魚の含め煮 麻瓜花のなめたけ和え 10/30(木) ロールパンスープ コクサラト セスクサラト セスターグル サップ グリース グリース ハムー プ スハムー プ スハムー グリース アンタゲー マーマ が アンタゲー マータ が アンタゲー アーター アーター アーター アーター アーター アーター アーター ア	五目チャーハン 中華ボルザープリン スイスール 御飯 味噌汁 きのこの卵とじ ブロッコリーのドレッシング和え 10/31(金) 梅し日子のお浸し 大子のお浸し 大子のお浸し 大学のおり、 では、「おり、「おり、」 「は、「おり、「かり、」 「は、「かり、「かり、」 「は、「かり、」 「は、	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山可椒焼 カリフラワーの炒め物
昼食おり食朝食を食	味噌汁 親子煮 野茄イスター炒め オイスターラ ラーカーシーナツ 御味噌汁 大変のおりでする 一カーカーション カールパメーソラグ ロールパメーソラグ ロールパメーソラグ ロールパメーソラグ ロールパメーソラグ ローカーグル 中間で噌汁 を関する のででする はでは、 はでは、 はでは、 はでは、 はでは、 はでは、 はでは、 はでは	シーンードカレー コンリンリーとラのこのソテーフリーとラックフリーとラックフリーとラックでは、 フルーツ 黒糖ケーキ	御飯 コンソメスープ 煮込みハニサラグ フルーグ マカローツ まがのでするのでは、10/29(水) 御飯 中では、10/29(水) 御飯 中では、10/29(水) 御飯 中では、10/29(水) 御飯 中では、10/29(水) 御飯 中では、10/29(水) 御飯 中では、10/29(水)	スパーナープ イン・	五目チャーハン 中華 (アイン (アイン (アイン (アイン (アイン (アイン (アイン (アイン	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食おり食朝食を食	味噌汁 親子煮 野茄子のおイスター炒め カイスターラ ミルク 御味噌汁 神精性汁 神精性 かにと胡 10/27(月) ローンイカーグルメナーリラー マカーグル 10/27(月) ローンイカーグルメナーリラー マカーグル 10/27(月) ローンイカログル リーンイカログル リーマカーグル は 10/27(月)	シーン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	御飯 コンソメスープ 煮込みハンサラ フルーグ マカローツ 恵のは 御町まつの味噌焼き 里芋と酢和え 御飯 味噌汁 高白葉菜のれんすっのなめたけ和え ヤクルト 御飯 味噌汁	スパデテスープ オニオンスラダ フルーツ 水ようかん 御飯 味噌汁 白身魚の含め煮 麻瓜花のなめたけ和え 10/30(木) ロールパンスープ コクサラト セスクサラト セスターグル サップ グリース グリース ハムー プ スハムー プ スハムー グリース アンタゲー マーマ が アンタゲー マータ が アンタゲー アーター アーター アーター アーター アーター アーター アーター ア	五目チャーハン 中華ボルザープリン スイスール 御飯 味噌汁 きのこの卵とじ ブロッコリーのドレッシング和え 10/31(金) 梅し日子のお浸し 大子のお浸し 大子のお浸し 大学のおり、 では、「おり、「おり、」 「は、「おり、「かり、」 「は、「かり、「かり、」 「は、「かり、」 「は、	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食おやり食朝食食食	味噌汁 親子煮 野茄子のおよろしツ 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一の 一の 一の 一の 一の 一の 一の 一の 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして でして でして でして でして でして でして でして	シーン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	御飯 コンメスン・アーグ マカルーグ オンカハニサーグ フルーツ 主が しけ では、 10/29 (水) 御飯 味噌野豆のソーク 御味噌汁 高白まうれんト 御・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	スパーナープ イン・	五目チャーハン 中華 (アイン (アイン (アイン (アイン (アイン (アイン (アイン (アイン	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食おやり食朝食食食	味噌汁 親子煮 野茄子のおイスター炒め カイスターラ ミルク 御味噌汁 神精性汁 神精性 かにと胡 10/27(月) ローンイカーグルメナーリラー マカーグル 10/27(月) ローンイカーグルメナーリラー マカーグル 10/27(月) ローンイカログル リーンイカログル リーマカーグル は 10/27(月)	シーンロー ファー ファー ファー アーフリン リー ファー アーフリー ファー アーフリー アーファー アーファース アーファー アーファーファー アーファー アーファー アーファーファー アーファー アーファー アーファー アーファー アーファー アーファーファー アーファーファーファー アーファーファーファーファーファーファーファーファーファーファーファーファーファー	御飯 コンメスンパーグ オンスハーグ オンスハーグ フルーグ フルーじゅう 御御すまつつから 一切が表物 といいのでは、10/29(水) 御味噌汁 高野草のソウェーのなめたけ和え 10/29(水) 御味噌汁 高野草のソウーのなめたけ和え マククルト 御味噌汁 豚肉のラののすれ いト	スパーナープ イン・	五目チャーハン 中華 (アリック (ア)) (アリック (アリック (アリック (アリック (アリック (アリック) (アリック (アリック (アリック (アリック (ア)) (アリック (アリック (アリン) (アリック (アリン) (アリック (アリン)	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食おやり食朝食食食	味噌汁 親子煮 野茄子のおよろしツ 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一次 一の 一の 一の 一の 一の 一の 一の 一の 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして 一の でして でして でして でして でして でして でして でして	シーン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	御飯 コンソメスープ 煮シストーグ フルーグ フルーで フルーで フルーで カーツ まの飯 一	スパニオンナディーン 水 かん が かん	エ目チャーハン 中華スーリア・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食おり食朝食を食むり	味噌汁 親子素 野茄イスター ライスター大 ラルクドーナツ 御味噌汁 神味・大きでは、一大・大きでは、一大・大きでは、 一ルパタ(7(月) ロールパタ(7(月) ロールパメナーサー コンインロニサト 一のでリンテー マコーダル 中でリースのマー 中でリースのマー 中でリースのマー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 のがでいた。 でいた。 は、アー・ファー のがでいた。 のがでいたいでいた。 のがでいたいでいた。 のがでいたがでいた。 のがでいたいでいた。 のがでいたがでいたがでいたがでいたがでいた。 のがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいた	シーン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	御飯 コンメスン・ファイン・ファイン・ファイン・ファイン・ファイン・ファイン・ファイン・ファイ	スポープ オニーツ 水御町味白南瓜で ボーツ 水御町味白南瓜の花のなかまたけれえ 10/30(木) ロコスクリナッグ ロコスクリナッグ ロコスクリナッグ レールリラサッグ レールリラッド は飯いで ロコスクリーリーム とろかめ輪の フェークリーム 御飯 ちゅうで のでのかかまたけれま ロコスクリープ がいるので がいるので ので	五目チャーハン 中華ボルリー・ 中華ボルリー・ 中華ボルリー・ 中華ボルリー・ 中華ボルリー・ 一プリン マイスール 御飯 味噌・ きのこの頭とじ ブロッコリーのドレッシング和え 10/31(金) 梅しらす雑炊 肉田公菜のお表 小松物 小松菊のお表 し 清物 「水物 「水物」 「水物」 「水物」 「水物」 「水物」 「水物」 「水物」	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食おり食朝食を食むり	味噌汁 親子素 野茄子スター炒め オイスターえ ミルクド 一次のおおろしナツ 御味噌汁 赤魚魚と胡 10/27(月) ローンパンスープラー ローンパメナーサト 中一ングルーグルインローグルインローグルインローグルインローグルインローグルインロークマカーグルインフークマカーグルインロークマカーグルインロークマカーグルトサームのサースのサースのサースのサースのサースのサースのサースのサースのサースのサース	シーン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	御飯 コンソメスンパーグ オンス・アーグ オンス・アーグ オンス・アーグ フル・アーグ フル・アーグ フル・アーグ フル・アーグ フル・アーグ オーので は一次で は一次で は一次で は一次で は一次で は一次で は一次で は一次	スパニオンナーディステッダ ンオニオンカーツ 水御飯 味	五目チャーハン 中華 (アイリン) (アイ	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物
昼食   おり食     朝食   食     おり食   食     食   食     カウ食	味噌汁 親子素 野茄イスター ライスター大 ラルクドーナツ 御味噌汁 神味・大きでは、一大・大きでは、一大・大きでは、 一ルパタ(7(月) ロールパタ(7(月) ロールパメナーサー コンインロニサト 一のでリンテー マコーダル 中でリースのマー 中でリースのマー 中でリースのマー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 は、アー・ファー のがでいた。 のがでいた。 でいた。 は、アー・ファー のがでいた。 のがでいたいでいた。 のがでいたいでいた。 のがでいたがでいた。 のがでいたいでいた。 のがでいたがでいたがでいたがでいたがでいた。 のがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいたがでいた	シーン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	御飯 コメメンリーグ マンス・アック マンス・アーグ マンス・アーグ マンス・アーグ ファーグ ファーグ ファーグ ファーグ ファーグ ファーグ ファーグ ファ	スポープ オニーツ 水御町味白南瓜で ボーツ 水御町味白南瓜の花のなかまたけれえ 10/30(木) ロコスクリナッグ ロコスクリナッグ ロコスクリナッグ レールリラサッグ レールリラッド は飯いで ロコスクリーリーム とろかめ輪の フェークリーム 御飯 ちゅうで のでのかかまたけれま ロコスクリープ がいるので がいるので ので	田目チャーパン 中華 (1) 中	御飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め なすとーマンの味噌炒め フルーゴーツ マン御飯 しごまで しごまた 切り見 切り見	天津井 中華スープ シュウマイ 杏仁 豆腐 チョコクレープ 御飯 すまし汁 鰤の山フャラワーの炒め物