



10月豊橋の湯 献立表



| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|--|--|--|---|---|--|
| | 1 ツナ玉井 ほうれん草と鶏肉のソテー フルーツ オニオンスープ | 2 北海チャーハン 冬瓜と人参さつまの煮物 なすの酢醤油かけ 春雨スープ | 3 キノコスパゲッティ レタスサラダ フルーツ かき玉汁 | 4 メンチカツ 高野豆腐煮 ほうれん草のしらす和え みそ汁 | 5 豚肉の花かつお焼き カニ風味シュウマイ コールスローサラダ みそ汁 | 6 赤魚のチーズ焼き 切り干し大根煮 白菜のわさびドレッシング みそ汁 |
| 7 | 8 栗ごはん さんまの甘露煮 白菜のみそ炒め やっこ みそ汁 | 9 ホキの煮つけ 小松菜のペーコンソテー さつま芋サラダ すまし汁 | 10 かぼちゃとしめじのグラタン風 カレーピラフ コールスローサラダ フルーツ | 11 きつねそば チヂミ キャベツの煮干し和え フルーツ | 12 豚肉のオイスター炒め かぼちゃ煮 もやしのナムル すまし汁 | 13 トマト煮込みハンバーグ 焼きナス 人参のマリネ風 コンソメスープ |
| 14 | 15 豚肉の生姜焼き さつま芋と絹ごし揚げの含め煮 カリフラワーサラダ みそ汁 | 16 ミニ菜めし ゆず香にゆめん ハムカツ 菜の花の磯和え フルーツ | 17 衣笠井 白菜と人参の和え物 フルーツ みそ汁 | 18 秋鮭のちらし寿司 揚げ豆腐のきのこあんかけ ゆずみそ和え フルーツ すまし汁 | 19 タンドリーチキン風 冬瓜の彩りあわせ煮 トマトとコーンのサラダ みそ汁 | 20 回鍋肉 さつま芋の甘煮 塩昆布豆腐 すまし汁 |
| 21 | 22 あんこの野菜あんかけ なすの煮物 いんげんのおかか和え みそ汁 | 23 豚肉の山椒炒め ちくわ煮 花野菜サラダ みそ汁 | 24 十五穀米 おでん キャベツの和え物 ヨーグルト | 25 白身フライ 切り干し大根煮 白菜の彩和え みそ汁 | 26 ホキの漬け焼き たけのこの煮物 キャベツの中華風サラダ みそ汁 | 27 すき焼きコロッケ 鶏ごぼう 大根サラダ みそ汁 |
| 28 | 29 チキンの粒マスタード焼き 大根とじんじょの煮物 チンゲン菜のかにかま和え みそ汁 | 30 サバの味噌煮 ちびっこお好み焼き カリフラワーの玉子和え すまし汁 | 31 パンプキンシチュー ミニハンバーグ 白菜のツナ和え フルーツカクテル | | | |