

2020年度

10月の配膳図

[10/1 (木) ~ 10/30 (金)]



卵除去食対応
献立です。

5 日 (月) 秋刀魚のみぞれがけ 根菜の金平 ご飯 豚汁	6 日 (火) コロッケ 茄子と寒天のピリ辛炒め ご飯 もち麩のすまし汁	7 日 (水) ブルーベータルト 柑橘サラダ ご飯 米粉ポークカレー	1 日 (木) お月見献立 月見団子 かぼちゃのそぼろ煮 ご飯 月見汁	2 日 (金) ポパイサラダ コッペパン 豚肉の トマトソースかけ じゃがいもの 豆乳ポタージュ
12 日 (月) 蓮根のはさみ揚げ 白菜の即席漬け ご飯 生姜と鶏のスープ	13 日 (火) タコライスの具 スライス チーズ カレーキャベツ ご飯 わかめスープ	14 日 (水) 鯖の香味焼き きのこのさっぱり炒め ご飯 さつま汁	8 日 (木) 鶏肉のマヨコーン焼き さつまいものマーマレード煮 ご飯 もやしとベーコンの 味噌汁	9 日 (金) 目の愛護デー献立 花野菜のマリネ レーズンパン さつまいもと大豆の グラタン (豆乳) ほうれん草の スープ
19 日 (月) 食育の日 にしんの生姜煮 柿(1/4個) 五色和え ご飯 豆乳汁	20 日 (火) 小松菜まんじゅう(2個) 回鍋肉 ご飯 米粉麺のスープ	21 日 (水) いかのかりん揚げ 里芋の肉味噌炒め ご飯 沢煮椀	15 日 (木) 鶏肉のねぎ味噌焼き おかか和え ご飯 のっぺい汁	16 日 (金) キャベツのフレークサラダ コッペパン 白身魚の カリカリフライ ミネストローネ
26 日 (月) 鯛の蒲焼き 白菜の甘酢和え ご飯 根菜の味噌汁	27 日 (火) お好み焼き 塩昆布和え ご飯 肉じゃが	28 日 (水) 鯖の柚子味噌かけ 厚揚げの香味炒め ご飯 ばち汁	22 日 (木) チキンシュウマイ(3個) 中華和え 中華丼の具 ご飯	23 日 (金) スイートポテト ツナサラダ 小型コッペパン 焼きそば
			29 日 (木) とんかつのにらだれかけ 切り干し大根の オイスターソース炒め 中華風 卵スープ ご飯	30 日 (金) かぼちゃプリン フレンチサラダ コッペパン ハンバーグの トマトソースかけ コンソメスープ