

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	ご飯 味噌汁 豚肉のオイスター炒め 春雨のマヨサラダ 青りんごゼリー	ミートソースパスタ かぼちゃと葱のスープ マイルドポテトサラダ みかんヨーグルト	ご飯 ジュリエンスープ 白身魚のチーズ焼き マカロニマヨサラダ いちごババロア	菜飯 味噌汁 豚肉カレー炒め カラフルサラダ ピーチゼリー	ご飯 清汁 白身魚の胡椒焼き もやしのツナ和え いちごゼリー	ご飯 オクラと人参のスープ 卵と海老のオイスター炒め 鍋しぎ チョコレートババロア
	エネルギー670kcal たんぱく質21.4g 脂質20.6g 食塩相当量2.9g	エネルギー651kcal たんぱく質27.8g 脂質19.2g 食塩相当量2.7g	エネルギー624kcal たんぱく質25.4g 脂質16.1g 食塩相当量3.1g	エネルギー661kcal たんぱく質21.6g 脂質20.4g 食塩相当量2.1g	エネルギー661kcal たんぱく質28.3g 脂質18.8g 食塩相当量2.4g	エネルギー678kcal たんぱく質22.7g 脂質21.0g 食塩相当量2.4g
7	8	9	10	11	12	13
バターロール&りんごジャム クリームシチュー レタスと水菜のサラダ 牛乳 プチシュー	ご飯 味噌汁 鱈のゴマ風味焼き マカロニマヨサラダ フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 豚肉とごぼうの甘辛炒め ささみとキャベツの和え物 いちごゼリー	ご飯 味噌汁 唐揚げ グリーンサラダ 白桃缶	かきたまうどん かに焼売 チーズとキャベツのサラダ マスカットゼリー	ご飯 味噌汁 鶏ときのこのバター炒め かぼちゃサラダ やわらかプリン	炒飯 真沢山汁 メンチカツ 杏仁豆腐いちごソース
エネルギー687kcal たんぱく質27.8g 脂質33.5g 食塩相当量3.5g	エネルギー654kcal たんぱく質27.0g 脂質15.9g 食塩相当量3.1g	エネルギー691kcal たんぱく質24.2g 脂質20.6g 食塩相当量2.1g	エネルギー698kcal たんぱく質25.0g 脂質25.0g 食塩相当量2.5g	エネルギー664kcal たんぱく質29.1g 脂質27.0g 食塩相当量4.0g	エネルギー699kcal たんぱく質25.6g 脂質20.1g 食塩相当量2.2g	エネルギー689kcal たんぱく質21.8g 脂質22.7g 食塩相当量2.7g
14	15	16	17	18	19	20
ご飯 味噌汁 バサのイタリアン焼き 人参のドレッシング和え いちごゼリー	ご飯 じゃが芋とコーンのコンソメスープ タンドリーチキン ツナサラダ マスカットゼリー	ご飯 味噌汁 豆腐チャンプル 竹輪と野菜の煮物 フルーツポンチ	カルボナーラ 人参とさつま芋のスープ ブロッコリーのサラダ 家常豆腐 青りんごゼリー	ご飯 清汁 里芋と花魁のスープ 家常豆腐 ほうれん草とささみの和え物 みかん缶	ご飯 ワンタンスープ 麻婆茄子 キャベツとハムのソテー ピーチゼリー	ご飯 清汁 白身魚のきのこあんかけ 肉じゃが バニラババロア
エネルギー657kcal たんぱく質26.4g 脂質15.5g 食塩相当量2.2g	エネルギー691kcal たんぱく質26.8g 脂質24.0g 食塩相当量2.4g	エネルギー656kcal たんぱく質26.4g 脂質18.6g 食塩相当量2.8g	エネルギー703kcal たんぱく質22.5g 脂質27.9g 食塩相当量3.4g	エネルギー685kcal たんぱく質35.0g 脂質18.6g 食塩相当量3.2g	エネルギー679kcal たんぱく質19.7g 脂質19.8g 食塩相当量3.3g	エネルギー695kcal たんぱく質27.8g 脂質20.5g 食塩相当量2.4g
21	22	23	24	25	26	27
豚骨醤油ラーメン 棒棒鶏サラダ 焼売 チョコレートババロア	バターロール&ミックスジャム ポークチャップ イタリアンサラダ いちごババロア 牛乳	ご飯 ハムと春菊のコンソメスープ ハンバーグトマトソース もやしのツナ和え フルーツポンチ	ポークカレー カラフルサラダ ジョア ピーチゼリー	ご飯 清汁 白身魚のガーリックバタームニエル 里芋のそぼろあんかけ やわらかプリン	ご飯 味噌汁 卵と海老のオイスター炒め 茄子の薬味和え 黄桃缶	ご飯 清汁 鱈の味噌煮 春雨サラダ いちごゼリー
エネルギー701kcal たんぱく質35.4g 脂質22.1g 食塩相当量5.3g	エネルギー669kcal たんぱく質31.1g 脂質29.9g 食塩相当量3.4g	エネルギー654kcal たんぱく質24.6g 脂質16.8g 食塩相当量3.5g	エネルギー694kcal たんぱく質22.9g 脂質16.4g 食塩相当量2.4g	エネルギー654kcal たんぱく質32.0g 脂質12.8g 食塩相当量2.7g	エネルギー649kcal たんぱく質25.9g 脂質18.6g 食塩相当量3.0g	エネルギー695kcal たんぱく質22.7g 脂質24.2g 食塩相当量2.0g
28	29	30	31			
ご飯 ジュリエンスープ 白身魚のカレー焼き レタスと水菜のサラダ マンゴープリン	肉うどん かに焼売 ブロッコリーとツナのサラダ 青りんごゼリー	ご飯 中華スープ チンジャオロース 大根の韓国風サラダ ピーチゼリー	~ハロウィンイベント~ ご飯 パンプキンスープ チキンピカタ 紫キャベツのコンソメ和え ハロウィンゼリー			
エネルギー670kcal たんぱく質21.3g 脂質19.2g 食塩相当量2.1g	エネルギー665kcal たんぱく質25.3g 脂質32.2g 食塩相当量2.7g	エネルギー687kcal たんぱく質25.6g 脂質17.2g 食塩相当量2.5g	エネルギー703kcal たんぱく質28.4g 脂質18.9g 食塩相当量2.5g			

* 食材の都合により、一部献立を変更させていただく場合がございます。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。