

日付	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	かに雑炊	御飯	御飯	パン	御飯	麦御飯	御飯
	味噌汁(白菜、貝割れ)	味噌汁(オクラ、麩)	味噌汁(玉ねぎ、揚げ)	コンソメスープ(しめじ、ねぎ)	味噌汁(畑菜、人参)	味噌汁(豆腐、まいたけ)	味噌汁(えのき、貝割れ)
	炒り豆腐	ちくわの卵とじ	冬瓜とつみれの煮物	ハムソテー	ミートボール	さつま揚げの炒め煮	高野豆腐の煮物
	春菊のしらす和え	なすの昆布つゆ和え	春菊のツナ和え	カリフラワーのドレ和え	ブロッコリーカニカマ和え	さっぱり和え	もやしの柚子和え
	牛乳	ふりかけ(しそ)	たいみそ	りんごジャム	のり佃煮	ふりかけ(たらこ)	うめびしお
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	429kcal	480kcal	477kcal	405kcal	489kcal	433kcal	389kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	☆ハロウィン行事食☆	御飯
	味噌汁(青梗菜、揚げ)	中華スープ(小松菜、白ねぎ)	すまし汁(とろろ昆布、大根菜)	中華スープ(きくらげ、豆苗)	味噌汁(白菜、しいたけ)	キャロットピラフ	味噌汁(じゃが芋、絹さや)
	Aたらのバター醤油焼き	A赤魚の野菜あんかけ	Aぶりのみりん焼き	A麻婆茄子	A鯖の塩焼き	パンプキンスープ	Aますの生姜漬け焼き
	B鶏肉のパン粉焼き	B焼きそば	B牛肉と厚揚げの旨煮	B和風卵焼き	B豚肉ソテー	エビフライ・イカリングフライ	B肉団子の和風煮
	小松菜の煮浸し	焼売	里芋の味噌煮	かぶの白煮	マカロニソテー	サラダ	ごぼうのごま油炒め
	大根サラダ	コンポート(洋梨缶)	コンポート(黄桃缶)	昆布佃煮	フルーツ(オレンジ)		コンポート(りんご缶)
	Aエネルギー	423kcal	472kcal	501kcal	535kcal	483kcal	643kcal
	Bエネルギー	491kcal	518kcal	566kcal	483kcal	520kcal	573kcal
おやつ	酒まんじゅう	いちごムース	抹茶どら焼き	ピーチゼリー	スイスロールコーヒー	ぶどうゼリー	クレープバニラ
	牛乳	牛乳	ジョア	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	おやつエネルギー	139kcal	107kcal	185kcal	179kcal	110kcal	147kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	かきたま汁(卵、白ねぎ)	味噌汁(もやし、大根菜)	赤だし(豆腐、なめこ)	味噌汁(えのき、かぶの葉)	味噌汁(わかめ、もやし)	味噌汁(なす、大根菜)	ワンタンスープ
	ポークチャップ	鶏肉のマスタード焼き	メンチカツ	さわらの山椒焼き	鶏肉の南部焼き	豚肉と厚揚げの炒め物	鶏肉のチーズ焼き
	かぼちゃの甘煮	うまい菜のごま和え	れんこんの塩麴炒め	豆腐チャンプル	ちくわといんげん炒め	しろなの和え物	野菜のチャプチェ
	コンポート(パイン缶)	漬物(しば漬)	おろし和え	フルーツ(バナナ)	春菊のなめ茸和え	コンポート(マンゴー缶)	漬物(青しその実漬)
エネルギー	542kcal	470kcal	534kcal	509kcal	449kcal	471kcal	518kcal