

# 2022年 10月の献立 デイハウス松原「ファミリー」

月	火	水	木	金	土
					1日
					三色丼 煮物 酢の物 みそ汁 果物
3日	4日	5日(誕生会)	6日	7日	8日
白ご飯 魚の竜田揚げ 青菜のお浸し みそ汁 果物	親子丼 酢の物 みそ汁 果物	ちらし寿司 煮物 酢の物 みそ汁 果物	白ご飯 麻婆豆腐 酢の物 みそ汁 果物	白ご飯 牛バラの味噌炒め 酢の物 お吸い物 果物	白ご飯 さわらの照り煮 酢の物 みそ汁 果物
10日	11日	12日	13日	14日	15日
白ご飯 トマトソースの チーズハンバーグ サラダ 果物	白ご飯 豚の生姜焼き 酢の物 臭たくさん汁 果物	白ご飯 肉団子の甘酢 青菜の胡麻和え みそ汁 果物	白ご飯 さわらの西京焼き 酢の物 お吸い物 果物	白ご飯 すき焼き風煮物 酢の物 みそ汁 果物	白ご飯 クリームシチュー サラダ 果物
17日	18日	19日	20日	21日(誕生会)	22日
白ご飯 和風カツ卵とし 青菜のお浸し みそ汁 果物	白ご飯 豆腐ハンバーグ 酢の物 みそ汁 果物	白ご飯 さばの味噌煮 柚子風味 酢の物 お吸い物 果物	白ご飯 天ぷら 酢の物 みそ汁 果物	赤飯 エビフライ サラダ みそ汁 果物	白ご飯 魚の煮付け 酢の物 お吸い物 果物
24日	25日	26日	27日	28日	29日
ちらし寿司 煮物 お吸い物 果物	白ご飯 タラのフライ タルタルソース サラダ みそ汁 果物	白ご飯 肉じゃが 酢の物 みそ汁 果物	カレーライス 野菜サラダ スープ 果物	白ご飯 魚のおろし煮 いとこ煮 みそ汁 果物	白ご飯 エビカツ 酢の物 みそ汁 果物
31日					
白ご飯 八宝菜 煮豆 みそ汁 果物					

◎当日のメニューは材料の都合で変更になる場合があります。