

2025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	2日	3日	4日
		白ご飯 マトウダイ バター焼き ジャーマンポテト ザワークラウト風 みそ汁	ちらし寿司 野菜の煮物 おすまし	白ご飯 ニシンごま味噌煮 牛肉入りれんこん なめこおろし みそ汁	白ご飯 さば煮付 カリフラワーの クリーム煮 春雨中華サラダ みそ汁
6日	7日	8日	9日	10日	11日
コーンピラフ 目玉焼き じゃが芋トマト煮 根菜和風サラダ フルーツ	さつま芋ご飯 ハンバーグ みそ汁	ポークカレー スクランブルエッグ フルーツカクテル	白ご飯 ニシン照り煮 卵の花炒り煮 キャベツのごま和え みそ汁	白ご飯 豚肉と野菜の ケチャップ炒め 切昆布大豆 チンゲン菜の カニカマ和え みそ汁	白ご飯 鶏肉と厚揚げ みぞれ煮 イカすり身カツ おくらとひじきの 和え物 みそ汁
13日	14日	15日	16日	17日	18日
白ご飯 ホークソテー 味噌煮 ほうれん草ツナ煮 白和え みそ汁	チャーハン えびチリ 焼き餃子 春菊のだし和え みそ汁	炊き込みご飯 おでん風煮物 みそ汁	白ご飯 ごろごろ野菜の 洋風煮 ひじき蓮根 大豆とえんどう豆 の みそ汁	白ご飯 白身フライ かぼちゃの クリーミー仕立 春菊の中華和え みそ汁	白ご飯 焼き鳥皿 きんぴらごぼう カリフラワーの フレンチサラダ みそ汁
20日	21日	22日	23日	24日	25日
五穀ご飯 アジバター醤油焼き ブロッコリーの くたくた煮 さつま芋のサラダ みそ汁	松茸ご飯 縞ホッケ煮付け 人参しりしり 卵の花サラダ みそ汁	白ご飯 ささみフライ& エビフライ 高野豆腐煮 ブロッコリーの シーザーサラダ みそ汁	白ご飯 ぶり照り揚げ リボンパンネ アラビアータ ポテトサラダ みそ汁	カレーライス サラダ スープ 果物	白ご飯 メバル西京焼き さつまいもいとこ煮 菜の花の胡麻よごし みそ汁
27日	28日	29日	30日	31日	
白ご飯 野菜と豚肉の 辛みそ炒め なす生姜風味煮 白和え みそ汁	白ご飯 ニシンごま味噌 煮 絹ごし揚げ煮 キャベツサラダ サウザン風 みそ汁	白ご飯 牛焼肉風 仙台麩と野菜の煮物 さつまいもと 豆のハニーマスター みそ汁	白ご飯 豚肉と玉ねぎの 味噌仕立て 根菜のごった煮 キャベツのごま和え みそ汁	白ご飯 鶏肉と茄子の黒酢餡 ひじき蓮根 からし菜の 和え物 みそ汁	
  					

◎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。