



2025年 10月 月間献立表



	月	火	水	木	金	土	日
			1日	2日	3日	4日	5日
朝食			ハムステーキ ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム トマトコンソメスープ 味噌汁	チーズ肉団子 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム お茶漬け 味噌汁	チキンのオープン焼き グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 納豆 スープ 味噌汁	プチウイナードッグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 鶏そぼろ にらと揚げの味噌汁 スープ	調理パン・おにぎり・ごはん・味噌汁等
昼食			和風スープパゲティ おにぎり レタスと卵のサラダ フルヨーグルト	カレーライス チキンナゲット グリーンサラダ 和梨	麦ご飯 豚汁 さばの塩焼き ミモザサラダ とろろ	ロールパン メープルアーモンドツイスト ポトフ えびカツ 千切りキャベツサラダ コーヒー牛乳	血うどん たこやき ゆでスナップエンドウ コーヒーゼリー
夕食			ごはん 秋野菜味噌汁 鶏肉の焼き鳥風 クルトンサラダ 牛乳	ごはん 大根とわかめの味噌汁 牛肉の甘辛炒め煮 グリーンサラダ 社長の気まぐれデザート	しょうゆラーメン チンゲン菜のツナ和え えび海鮮ぎょうざ マンゴープリン	鶏飯 れんこんのきんぴら 生ほうれん草サラダ ラフランスゼリー	ごはん えのきと揚げの味噌汁(赤だし) 鶏肉の山椒焼き ゆでブロッコリー 牛乳
	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
朝食	ノンフライナゲット ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 厚揚げといんげんの味噌汁 スープ	なすとトマトグラタン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 漬物 スープ 味噌汁	照り焼きチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・フルグラ ジャム スープ 味噌汁	ケチャップ肉団子 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム パンケーキ 味噌汁	チキンのオープン焼き グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム お茶漬け 味噌汁	だし巻卵 ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム ココア 味噌汁	調理パン・おにぎり・ごはん・味噌汁等
昼食	ごはん 鶏つみれとみつばのすまし汁 焼き鮭 かぼちゃと栗のサラダ お月見大福	ごはん とんこつ醤油ラーメン 黒豚焼売 グリーンサラダ カットマンゴー	ナポリタン クランチポテト レタスマトサラダ コーヒー牛乳	栗ごはん 牛肉とごぼうのスープ カレイのしょうが煮 千切りキャベツサラダ りんご	ごはん 麩とねぎの味噌汁 油淋鶏 グリーンサラダ スイートポテト	ごはん じゃがいもとわかめの味噌汁 さばのしょうが煮 グリーンサラダ 豚肉入りきんぴらごぼう	選べるお弁当
夕食	オムライス(デミorトマト) えびフリッター グリーンサラダ 牛乳	ごはん 大根とわかめの味噌汁 豚肉しょうが焼き キャベツコーンサラダ 青りんごゼリー	5色まぜごはん 肉じゃが たこ唐揚げ グリーンサラダ 和梨	ごはん 具だくさんのみそ汁 タンダーチキン グリーンサラダ グレープジュース	長崎ちゃんぽん 焼きおにぎり2個 グリーンサラダ 手作り杏仁豆腐	焼き肉丼 ぎょうざ グリーンサラダ 温泉卵	ごはん 大根とわかめのスープ 鶏のきじ焼き ゆでブロッコリー コーヒー牛乳
	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
朝食	スクランブルエッグ・ウインナー ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・フルグラ ジャム スープ 味噌汁	チーズ肉団子 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム とろろ 味噌汁 スープ	チキンハンバーグ ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム お茶漬け 味噌汁 ヨーグルト	イングリッシュマフィン ハムステーキ たまごサラダ グリーンサラダ 牛乳 ジャム スープ 味噌汁	ハッシュドポテト 赤ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	チキンハンバーグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク 味噌きのり ジャム 味噌汁 ココア	調理パン・おにぎり・ごはん・味噌汁等
昼食	親子丼 かにしゅうまい ほうれん草のごまあえ ゴールドキウイ	野菜塩ラーメン にらまんじゅう わかめとコーンのサラダ パイナップルゼリー	稲庭風うどん いなりずし2個 レタスキゅうりサラダ わらびもち	ごはん マカロニスープ ビッグハンバーグ(選べるソース) グリーンサラダ 牛乳	ごはん 具だくさん卵スープ 豚肉のしょうが焼き 千切りキャベツサラダ コーヒー牛乳	チリコンカンライス えびフリッター グリーンサラダ りんご	たらこクリームスパゲティ・ チキンナゲット ゆでブロッコリー 型抜きチーズ
夕食	まつたけごはん かにしゅうまい ささみフライ グリーンサラダ りんごカットゼリー	ごはん さつまいもの味噌汁 牛肉のにんにく醤油炒め グリーンサラダ たい焼き	ごはん 厚揚げと小松菜の味噌汁 鶏肉の焼き鳥風 ミモザサラダ 温泉卵	ごはん すいとん アジフライ パンバンジー風サラダ りんごジュース	ジャージャー麺 角煮入りちまき グリーンサラダ カットマンゴー	ごはん ジンジャースープ メンチカツ ミモザサラダ ナタデココ	ごはん 具だくさん汁 焼き鮭 ゆでスナップエンドウ 納豆
	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
朝食	チキンのオープン焼き ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・フルグラ ジャム ヨーグルト スープ キャベツと揚げの味噌汁	鶏つくね2個 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 朝カレー スープ 味噌汁	かぼちゃのプチグラタン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 鶏そぼろ スープ 味噌汁	ウインナー グリーンサラダ ポテトサラダ クロワッサン 牛乳 ジャム スープ 味噌汁	チーズ肉団子 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	ジャーマンポテト グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム スープ 味噌汁	調理パン・おにぎり・ごはん・味噌汁等
昼食	チャーハン 大根とわかめのスープ 春巻き グリーンサラダ 牛乳	味噌煮込み風うどん ごぼうから揚げ ほうれん草と豚肉のおひたし 和梨	坦々麺 小籠包2個 トマトサラダ 社長の気まぐれデザート	ごはん ちくわと三つ葉のすまし汁 鶏のからあげ5個 グリーンサラダ 社長の気まぐれデザート	栗ごはん せんべい汁 鮭のホイル焼き 千切りキャベツサラダ コーヒー牛乳	揚げパン たこひよこ豆のトマト煮 ノンフライナゲット3個 グリーンサラダ 牛乳	塩焼きそば わかめスープ キムチ ゆでスナップエンドウ
夕食	ごはん もやしの味噌汁 鶏のさっぱりジンジャー煮 グリーンサラダ 中華ポテト	ごはん 厚揚げといんげんの味噌汁 さばのしょうが煮 もやしの中華サラダ フルーツ杏仁	ごはん 肉豆腐 れんこんのはさみ揚げ グリーンサラダ 社長の気まぐれ1品	ごはん マカロニスープ 牛肉ケチャップ炒め クルトンサラダ プチシュクリーム3個	徳島ラーメン えび海鮮ぎょうざ グリーンサラダ ライチゼリー	ごはん かぼちゃの味噌汁 ソルトチキン グリーンサラダ グレープフルーツジュース	牛丼 豆腐焼売 ゆでブロッコリー キャンディーチーズ
	27日	28日	29日	30日	31日	メモ 天候により、献立が変更になることがあります。 ご了承ください。 10月になり、過ごしやすいい涼しい気温になって きましたね。寒暖差が大きくなってきましたが、 体調管理に気を付けてください。 今月、柿や和梨、さつまいもなどの秋の味覚を ご用意いたします。 旬の美味しさを、ぜひ楽しみにしていてください♪	
朝食	ハムチーズピカタ グリーンサラダ ごはん・パン・コーンフレーク 牛乳 ジャム スープ キャベツと揚げの味噌汁	ホットドッグ グリーンサラダ 牛乳 ジャム スープ 味噌汁	チキンのオープン焼き グリーンサラダ ごはん・パン・フルグラ 牛乳 ジャム スープ 味噌汁	照り焼きチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味噌汁 スープ 鮭フレーク	ハムステーキ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味噌汁 スープ		
昼食	ごはん 具だくさんミネストローネ 白身魚のフライ(選べるソース) 手作りタルタル 千切りキャベツサラダ 牛乳	肉うどん 焼きおにぎり わかめとコーンのサラダ 柿	きしめん 肉詰めいなり2個 ツナレタスサラダ 瀬戸内レモンマース	チョコもちパン2個 ロールパン 白菜とベーコンのスープ 秋鮭と野菜のグラタン グリーンサラダ コーヒー牛乳	オリジナルカレー かぶとえびのマリネ グリーンサラダ りんごジュース		
夕食	ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 豚肉の山椒焼 グリーンサラダ 牛乳プリン	ごはん かき玉汁 鶏肉のトマトバジルチーズ焼き グリーンサラダ マロニサダ	ごはん わかめとはんぺんのすまし汁 牛肉の甘辛炒め煮 春雨サラダ 手作りプリン	ビビンバ よぎ レタスコーンサラダ ヤクルト	なすとひき肉のボロネーゼ風 栗のコロッケ グリーンサラダ ハロウィンカップケーキ		

