昼食献立表

期　　間：2024/10/1～2024/10/31

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
昼食			ご飯 牛肉豆腐 野菜サラダ チンゲン菜中華炒め 白身魚のふっくら揚げ 漬物	ご飯 タラのパン粉焼き ミニおこのみやき 切干大根煮 菜の花のからし和え 漬物	ご飯 かきあげと鶏天 里芋の田楽 ブロッコリーのサラダ わかめと玉ねぎの酢の物 漬物	ご飯 さばの塩焼き 冬瓜と鶏肉の煮物 金平ごぼう きゅうりとしめじの梅肉和え 漬物	ご飯 肉団子の甘酢あん 南瓜サラダ 高野豆腐の含め煮 小松菜と鯖フレークの炒め物 漬物
	6	7	8	9	10	11	12
昼食	ご飯 白身魚フライ シュウマイ オクラとえのきの和え物 がんもどきの煮物 漬物	ご飯 ハンバーグ マカロニサラダ れんこん田舎煮 ブロッコリー塩昆布和え 漬物	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 卯の花 ピーマンの肉詰めフライ 切干大根の酢の物 漬物	ご飯 鶏肉のトマトソース煮 コロッケ 春菊のピーナツ和え 厚揚げしょうが焼き 漬物	ご飯 めばるの照り焼き 竹輪の金平 ほうれん草ソテー 海藻サラダ 漬物	ご飯 メンチカツ 麻婆なす風 かぼちゃの含め煮 インゲンサラダ 漬物	ご飯 赤魚の煮付け ロールキャベツ チンゲン菜のナムル マカロニサラダ 漬物
	13	14	15	16	17	18	19
昼食	ご飯 牛肉のカレー煮 和風サラダ 小松菜の炒め物 こんにゃくの味噌煮 漬物	ご飯 鯖のみりん焼き 三角春巻き 春雨の酢の物 ほうれん草の白和え 漬物	ご飯 厚あげの野菜あんかけ シュウマイ ひじきのごまﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え 胡瓜と若布の酢の物 漬物	ご飯 鰈のネギ味噌焼き 肉団子の煮物 金平ごぼう オクラのごま和え 漬物	ご飯 ハムカツ 五目煮豆 チンゲン菜とツナの炒め物 白菜のゆかり和え 漬物	ご飯 ホキの香り焼き れんこん挟み揚げ 炒り豆腐 春菊のわさび和え 漬物	ご飯 牛プルコギ風炒め オムレツ ワカメの酢の物 カリフラワーのごまドレ和え 漬物
	20	21	22	23	24	25	26
昼食	ご飯 ブリ大根 竹輪の磯辺揚げ インゲンごま味噌炒め ハムときのこのドレッシング和え 漬物	ご飯 鶏じゃが 根菜サラダ もやしとハムのソテー ブロッコリーの昆布和え 漬物	ご飯 赤魚の幽庵焼き 竹輪の金平 冬瓜水晶煮 オクラのポン酢和え 漬物	ご飯 豚ヒレカツ スパゲッティ和風 菜の花酢味噌和え かぼちゃサラダ 漬物	ご飯 タラのぽん酢焼き 粉ふき芋磯辺和え ｶﾘﾌﾗﾜｰのｶﾚｰｿﾃｰ チンゲン菜のピーナッツ和え 漬物	ご飯 豆腐ハンバーグ（照り焼き） 魚肉ｿｰｾｰｼフライ にんじんしりしり 春雨の酢の物 漬物	ご飯 かれいの煮付け 茄子挟み揚げ ひじきの炒り煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞかけ 漬物
	27	28	29	30	31		
昼食	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 オムレツ 豆サラダ もやし炒め 漬物	ご飯 めばるの漬け焼き レンコンときのこ炒め 里芋のそぼろ煮 小松菜のごま和え 漬物	ご飯 豚と茄子のみそ炒め かぼちゃの煮物 インゲンのピーナツ和え ツナサラダ 漬物	ご飯 白身魚のクリームソース ロールキャベツ マカロニサラダ にんじんしりしり 漬物	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め 白身魚のふっくら揚げ 切干大根の酢の物 菜の花のからし和え 漬物		

※　献立は仕入れ等の都合により
変更になる場合がございます。

さくら厨房
sakura chubo

072-842-2222