

いほいの里 10月予定献立表



1 水	ショク 食パン（ジャム）・ビーフシチュー・きのこサラダ フルーツ寒天・牛乳	16 木	ショク 食パン（ジャム）・バイクドチキン・コーンサラダ ミネストローネ・牛乳
2 木	ごはん・魚の塩焼・ゆず味噌煮・あえもの かき玉汁	17 金	ハヤシライス・グリーンサラダ・揚げ物・プリン
3 金	カレーライス・レタスサラダ・スープ煮 ゼリー	18 土	お休み
4 土	★ お楽しみ献立（いほいの日） ★ 豪華ちらし寿司・炊き合わせ・揚げ物・和菓子 清汁・フルーツ・ジュース	19 日	お休み
5 日	お休み	20 月	ショク 食パン（ジャム）・クリームオムレツ 高野サラダ・スープ煮・牛乳
6 月	カレーきしめん・豆腐サラダ・コロッケ ゼリー	21 火	ニク 肉きしめん・春巻・マヨネーズあえ・デザート
7 火	食パン（ジャム）・クリーム煮・シーフードサラダ フルーツポンチ・ジュース	22 水	ごはん・長芋と大根煮・酢味噌あえ・清汁 魚のチリソース煮
8 水	マツタケ 松茸ごはん・魚の柚子香焼・煮合わせ・デザート 味噌汁	23 木	ショク 食パン（ジャム）・ムニエル・シーフードサラダ コーンポタージュ・ジュース
9 木	ヤサイ 野菜うどん・和風サラダ・エビフリッター プリン	24 金	きつねうどん・トマトサラダ・玉子しんじょ ゼリー
10 金	ごはん・鶏の青しそ焼・五色あえ・オレンジ煮 味噌汁	25 土	お休み
11 土	お休み	26 日	お休み
12 日	お休み	27 月	ごはん・麻婆豆腐・ごまマヨネーズ和え 大学芋・わかめスープ
13 月	お休み	28 火	ショク 食パン（ジャム）・ブラウンシチュー・果物 和風サラダ・ジュース
14 火	ごはん・肉じゃが・大豆サラダ・トマト炒め 味噌汁	29 水	ゴモク 五目きしめん・レタスサラダ・玉子焼き ゼリー
15 水	ナガサキ 長崎ちゃんぽん・梅しらすあえ・揚げ物・ゼリー	30 木	ごはん・野菜炒め・磯辺揚げ・とうふあえ 白味噌汁
★ ハロウィン10/31 ★ 秋の収穫祭を祝う行事です。 南瓜やカブの野菜を使用して悪霊や邪気を払う行事 【トリック・オア・トリート】 お菓子をくれなさい、いたづらするぞ～有名な呪文		31 金	食パン（ジャム）・南瓜コロッケ・ハヤシシチュー ババロア・牛乳

