

グループホーム いほいの里 10月予定献立表(後半分)



16 木	朝：ごはん・スクランブルエッグ・のり佃煮・味噌汁 昼：食パン(ジャム)・バイクドチキン・牛乳 コーンサラダ・ミネストローネ タ：ごはん・魚のあんかけ・おひたし・味噌汁 インゲンの肉巻き	24 金	朝：ごはん・魚の甘塩焼・のり佃煮・味噌汁 昼：きつねうどん・トマトサラダ・玉子しんじょ ゼリー タ：
17 金	朝：ごはん・根菜煮・たいみそ・味噌汁 昼：ハヤシライス・グリーンサラダ・揚げ物・プリン タ：	25 土	朝： 昼：お休み タ：
18 土	朝： 昼：お休み タ：	26 日	朝： 昼：お休み タ：
19 日	朝： 昼：お休み タ：	27 月	朝： 昼：ごはん・麻婆豆腐・ごまマヨネーズ・大学芋 わかめスープ タ：ごはん・豚肉の焼きびたし・磯煮・ゆかりあえ 味噌汁
20 月	朝： 昼：食パン(ジャム)・クリームオムレツ・スープ煮 南瓜サラダ・牛乳 タ：ごはん・魚の高麗焼・さつまいもとがんもの煮物 ワサビ和え・味噌汁	28 火	朝：ごはん・ツナサラダ・フリカケ・味噌汁 昼：食パン(ジャム)・ブラウンシチュー 和風サラダ・果物・ジュース タ：ごはん・ソーセージ炒め・ゴマ酢和え 茄子のピリ辛炒め・味噌汁
21 火	朝：ごはん・豆サラダ・フリカケ・味噌汁 昼：肉きしめん・春巻・マヨネーズ和え・デザート タ：ごはん・五目豆腐・シューマイ・ピーナツ和え 味噌汁	29 水	朝：ごはん・切干煮・いりこみそ・味噌汁 昼：五目きしめん・レタスサラダ・玉子焼き ゼリー タ：ごはん・魚の梅肉焼・辛みいため・レモン煮 味噌汁
22 水	朝：ごはん・ハムピカタ・のり佃煮・味噌汁 昼：ごはん・長芋と大根煮・酢みそあえ・清汁 魚のチリソース煮 タ：ごはん・鶏のさっぱり煮・春雨ソテー 韓国あえ・味噌汁	30 木	朝：ごはん・魚の甘塩焼・たいみそ・味噌汁 昼：ごはん・野菜いため・磯部揚げ・豆腐あえ 白味噌汁 タ：ごはん・鶏の照焼・ごった煮・はりはり漬け 味噌汁
23	朝：ごはん・おろし団子・フリカケ・味噌汁 昼：食パン(ジャム)・ムニエル・ポタージュ シーフードサラダ・ジュース タ：ごはん・アンサンブルエッグ・豚肉の生姜焼 おぼろ煮・味噌汁	31 金	朝：ごはん・卵の花サラダ・フリカケ・味噌汁 昼：食パン(ジャム)・南瓜コロッケ・牛乳 ハヤシシチュー・ババロア タ：ごはん・茄子の田楽・ポテトサラダ もずく酢・かき玉汁