

グループホーム いほいの里 10月献立表(後半分)

16 金	朝： ご飯・魚の照焼・フリカケ・味噌汁 昼： ハヤシライス・グリーンサラダ・揚げ物・プリン 夕： ご飯・魚のあんかけ・おひたし・インゲン肉巻 味噌汁	24 土	朝： お休み 夕： 
17 土	朝： ご飯・青菜煮・いりこみそ・味噌汁 昼： 食パン（ジャム）・ベイクドチキン・コーンサラダ りんごのコンポート・牛乳・スープ 夕：	25 日	朝： お休み 昼：  夕：
18 日	朝：  昼： お休み 夕：	26 月	朝： 昼： ご飯・チンジャオロース・あんかけ餃子 和え物・スープ 夕： ご飯・鶏の海苔焼・生姜あえ・ケチャップ煮 味噌汁
19 月	朝： 昼： 食パン（ジャム）・魚のフライ・高野サラダ 果物・牛乳・クラムチャウダー 夕： ご飯・野菜ソースいため・味噌煮・華風あえ かき玉汁	27 火	朝： ご飯・白和え・フリカケ・味噌汁 昼： 食パン（ジャム）・ブラウンシチュー・牛乳 和風サラダ・やわらかプリン 夕： ごはん・豚肉の焼びたし・磯煮・ゆかりあえ 味噌汁
20 火	朝： ご飯・根菜煮・味付のり・味噌汁 昼： 肉きしめん・ポン酢あえ・磯部揚げ・デザート 夕： ご飯・魚の高麗焼・さつまいもとがんもの煮物 わさびあえ・味噌汁	28 水	朝： ごはん・和え物・味付のり・味噌汁 昼： 五目きしめん・ポテトサラダ・玉子焼・デザート 夕： ごはん・ソーセージ炒め・ゴマ酢あえ・味噌汁 トマトクリーム煮
21 水	朝： ご飯・卵の花サラダ・たいみそ・味噌汁 ★ お楽しみ献立 ★ 昼： 菜飯・南蛮漬・ポテトサラダ・おろし団子 ズウゼリー・かき玉汁 夕： ご飯・五目豆腐・ポークソテー・ピーナツ和え 味噌汁	29 木	朝： ご飯・おろし団子・のり佃煮・味噌汁 昼： ご飯・麻婆豆腐・ごまマヨネーズ和え・大学芋 わかめスープ 夕： ごはん・魚の梅肉焼・辛みいため・含め煮 味噌汁
22 木	朝： ご飯・スクランブルエッグ・のり佃煮・味噌汁 昼： 食パン（ジャム）・ムニエル・葉果サラダ ゼリー・ジュース・スープ 夕： ご飯・鶏のさっぱり煮・春雨ソテー・韓国あえ 味噌汁	30 金	朝： ご飯・青菜煮・いりこみそ・味噌汁 昼： ロールパン・南瓜コロッケ 野菜サラダ・ジュース ハロウィンゼリー・シチュー 
23 金	朝： ご飯・切干煮・いりこみそ・味噌汁 昼： きつねうどん・チーズサラダ・玉子しんじょ プリン 夕：	31 土	朝： お休み 