

献立予定(実施)表

現 場：パンデ（絆）
献立種類：常食（個別献立）
期 間：2025/10/1～2025/10/31

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝食				パン（イチゴジャム） コールスローサラダ フルーツ缶（洋ナシ） 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 梅びしお コーヒー牛乳	パン（チョコ） パンプキンサラダ フルーツ缶（白桃） 低脂肪牛乳	ご飯150g じゃが芋のきんぴら 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食				赤飯 天ぷら盛り合わせ 天つゆ レンコンの煮物 もやしのゴマ酢和え 赤だし（うずまき麩）	ご飯150g ワワ揚げお好み焼き風 付）ブロッコリー ひじき煮 青梗菜の辛子和え 味噌汁（里芋）	ご飯150g 煮込みハンバーグ 付）ポト・インゲン マカロニサラダ コンソープ ぶどうムース	他人井 煮奴 オクラのなめたけ和え 味噌汁（南瓜）
夕食				ご飯150g 鶏じゃが煮 玉子焼き 菜の花の海苔わさび和え 味噌汁（大根）	ご飯150g 豚肉の生姜炒め 卵の花煮 ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁（わかめ）	ご飯150g タラのおろしポン酢 付）花人参・キヌサヤ 里芋の鶏そぼろ煮 茄子の生姜醤油和え 味噌汁（椎茸）	ご飯150g チンニーマスタード焼き 付）ブロッコリー ナポリタンスパゲティ カリフラワーのゆかり和え 味噌汁（花麩）
3時				あんバターまん	ミニたい焼き（カスタード）	メープルパンケーキ 紅茶	もみじまんじゅう
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	ご飯150g スクランブルエッグ 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） 牛乳	ご飯150g ちくわの煮物 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（りんごジャム） たまごサラダ フルーツ缶（黄桃） 牛乳	ご飯150g 湯葉の野菜あんかけ 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン（ピーナッツ） さつまいもサラダ フルーツ缶（みかん） 低脂肪牛乳	ご飯150g 茄子と揚げの煮物 味噌汁 梅びしお ヨーグルト
昼食	ご飯150g ミンチカツ&鰯フライ 付）キャベツ 野菜大豆煮 しろなの柚子和え すまし汁（はんぺん）	☆十五夜☆ ふりかけご飯（半量） きつねうどん 南瓜饅頭 菜の花の和え物	ちらし寿司 昆布豆甘煮 ほうれん草の白和え 味噌汁（なす）	鶏と根菜のカレー ツナサラダ 漬物（福神漬） 果物（オレンジ）	ご飯150g アジの南蛮漬け 付）グリル南瓜 筍のおかか煮 オクラの梅和え 味噌汁（白菜）	ピラフ クリームコロッケ 付）キャベツ コンソメスープ りんごゼリー	菜飯（半量） あんかけラーメン 焼き餃子 杏仁フルーツ
夕食	麦ご飯 白身魚のカレームニエル 付）南瓜・ｽﾀｯﾌﾞﾝﾄﾞﾘ きんぴらごぼう 胡瓜の酢の物 味噌汁（エノキ）	ご飯150g 豚肉の甘辛煮 焼き豆腐の田楽 すまし汁（冬瓜） 漬物	ご飯150g ビーマンの肉詰め 付）粉ふき芋 切り干し大根の煮付け ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの胡麻和え 卵スープ	ご飯150g タラの磯辺焼き 付）ナムル ｷﾉｺとさつま芋のしんじょ 青梗菜の酢味噌和え すまし汁（花麩）	ご飯150g マーボー茄子 もやしのゴマ酢和え ワンタンスープ 漬物（しば漬け）	ご飯150g 肉団子の甘酢あん ほうれん草ﾾﾑｿﾃｰ ポテトサラダ すまし汁（卵）	ご飯150g 鶏の照り焼き 付）花人参・キヌサヤ 刻み昆布と揚げの煮物 ｲﾝｹﾞﾝの和え物 味噌汁（豆腐）
3時	ベルギーワッフル コーヒー	一口カステラ りんごジュース	薫るカフェゼリー	牛乳ケーキ 紅茶	チョコバウム	栗まんじゅう	黒糖ケーキ 紅茶
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	ご飯150g 卵の花煮 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） 牛乳	ご飯150g ちくわの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g じゃがいもきんぴら 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（マ加里） スクランブルエッグ フルーツ缶（白桃） 牛乳	ご飯150g 豆腐の中華煮 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） コーヒー牛乳	パン（イチゴジャム） マカロニサラダ フルーツ缶（みかん） 低脂肪牛乳	ご飯150g 茄子と揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	ご飯150g 豆腐ﾊﾞｰｸﾞ～おろしﾎﾞﾝ酢～ 付）グリル南瓜 玉子と小松菜の炒め物 金時豆甘煮 味噌汁（とろろ昆布）	ご飯150g カレイの幽庵焼き 付）ｲﾝｹﾞﾝﾃｰ 信田巻き 菜の花のお浸し 味噌汁（わかめ）	ご飯150g 栗かぼちゃコロッケ 付）ｷｬﾍﾞﾂ 炒り豆腐 ほうれん草の辛子和え すまし汁（花麩）	ゆかりご飯（半量） 焼きうどん 青梗菜のﾋｰﾅｯｸ和え 味噌汁（じゃが芋）	ご飯150g アジの照り焼き 付）オクラ がんもの煮付 浅漬け風 味噌汁（花麩）	ご飯150g ハンバーグ 付）ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ｸﾞﾗﾂﾍﾞ じゃがいも洋風煮 コンソメスープ ピーチムース	ハヤシライス コールスローサラダ ぶどうゼリー
夕食	ご飯150g ポトフ風 ナポリタンスパゲティ 花野菜サラダ フルーツ缶（洋ナシ）	麦ご飯 厚揚げのそぼろ味噌炒め さつま芋のレモン煮 すまし汁（蒲鉾） 漬物（高菜漬）	ご飯150g 鶏肉のネギ塩焼き 付）ｽﾀｯﾌﾞﾝﾄﾞﾘ 大豆と野菜のトマト煮 春雨のマヨネーズ和え 味噌汁（しめじ）	ご飯150g 白身魚の中華あんかけ ﾀﾚ付き肉団子 中華スープ ヨーグルト～ﾌﾙｰﾂｽｰﾌﾞ～	ご飯150g ポークビーンズ ｽﾀｯﾌﾞﾝﾄﾞﾘのサラダ すまし汁（卵） 漬物	ご飯150g 鶏肉のチリソース ｴﾋﾞｼｭｳﾐｳ ほうれん草の胡麻和え 味噌汁（そうめん）	ご飯150g さばの味噌煮 付）花人参・キヌサヤ 卵の花煮 ｲﾝｹﾞﾝのなめ茸わさび和え すまし汁（はんぺん）
3時	ようかん	レモンケーキ コーヒー	田舎まんじゅう	バナナケーキ	りんごゼリー	Caバウムクーヘン コーヒー	抹茶まんじゅう 紅茶
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	ご飯150g 切り干し大根の煮付け 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 梅びしお 低脂肪牛乳	パン（チョコ） さつまいもサラダ フルーツ缶（洋ナシ） 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン（りんごジャム） コールスローサラダ フルーツ缶（黄桃） 低脂肪牛乳	ご飯150g 切り干し大根の煮付 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	ご飯150g 白身魚のﾏﾂｺﾝ焼き 付）ブロッコリー ジャーマンポテト しろ菜のわさび和え すまし汁（とろろ昆布）	きつね丼 茄子の田楽 うまい菜のおかか和え 味噌汁（エノキ）	☆郷土料理～京都府～ まつぶた寿司 昆布豆 菜の花のお浸し 赤だし（うずまき麩）	ご飯150g ｶｲﾄと茄子のおろし煮 さつま芋の煮物 ｶﾘﾌﾗｳｰの梅和え すまし汁（豆腐）	ご飯150g お好み焼き オクラの青じそ和え 味噌汁（しめじ） 漬物	ご飯150g ﾁﾝﾂﾃｰおろしﾎﾞﾝ酢がけ 付）ﾋｰﾑﾝ・ｼﾝｼﾞ とろろ芋 インゲンの錦糸和え すまし汁（そうめん）	ご飯（半量） きのこクリームパスタ 花野菜サラダ コンソメスープ
夕食	ご飯150g 鶏すき煮 温泉卵 味噌汁（わかめ） 漬物	ご飯150g メヌケの煮付け 付）花人参・オクラ 南瓜の煮物 ほうれん草の磯和え 味噌汁（大根）	麦ご飯 豆腐の野菜あんかけ 鶏レバーの甘辛煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾋｰﾅｯｸ和え 味噌汁（じゃが芋）	ご飯150g クリームシチュー ほうれん草ﾾﾑｿﾃｰ マカロニサラダ	ご飯150g 豚肉と野菜のﾀﾚ炒め レンコンの煮物 ブロッコリーの辛子和え すまし汁（とろろ昆布）	ご飯150g ミートオムレツ 付）スナッペンドウ きんぴらごぼう しろ菜のお浸し 味噌汁（ｷｬﾍﾞﾂ）	三色丼 ぎせい豆腐 ポテトサラダ すまし汁（蒲鉾）
3時	ミニたい焼き（小豆）	チョコまん	カステラドーナッツ 紅茶	人形焼き	カットバウム 紅茶	プリン	ﾑｰﾝﾌﾗｲｶﾞﾛｯﾄﾞ コーヒー
	26	27	28	29	30	31	
朝食	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 のり佃（ﾊﾞｯｸ） 牛乳	ご飯150g ちくわの煮物 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（ピーナッツ） マカロニサラダ フルーツ缶（みかん） 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン（マ加里） ヘルシーサラダ フルーツ缶（白桃） 低脂肪牛乳	
昼食	ご飯150g エビカツ&鰯フライ 付）ブロッコリー ひじき煮 胡瓜のさっぱり和え 味噌汁（椎茸）	大豆ミートのキーマカレー フレンチサラダ 漬物（福神漬） 果物（オレンジ）	ご飯150g 鶏の治部煮風 炒り豆腐 茄子の生姜和え 味噌汁（エノキ）	ご飯150g メヌケのゴマ味噌焼き 付）ｲﾝｹﾞﾝｿﾃｰ 南瓜の煮物 菜の花のｺﾞﾏﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ 味噌汁（椎茸）	ゆかりご飯（半量） にゅうめん がんもの煮付け 果物（バナナ）	☆ハロウィンメニュー☆ オムライス ﾁｰｽﾞ入りコロッケ 付）ほうれん草ｺﾝﾔﾝﾊﾞｰ パンプキンスープ	
夕食	ご飯150g 豚じゃが 菜の花の柚子味噌和え すまし汁（卵） 漬物	ご飯150g アジの煮付け 付）キヌサヤ・人参 野菜大豆煮 柚子なます 味噌汁（南瓜）	麦ご飯 白身魚のﾊﾞｼﾞﾁﾅｲ焼き 付）玉子焼き 筍のおかか煮 オクラの海苔和え すまし汁（はんぺん）	ご飯150g かに玉 ﾀﾚ付き肉団子 チンゲン菜の中華和え 中華スープ	ご飯150g ｶｲﾄの山椒焼き 付）花人参 ちくわの磯辺煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのおかか和え すまし汁（とろろ昆布）	ご飯150g マーボー豆腐 ｶﾆｼｭｳまい 青菜のわさび和え 味噌汁（揚げ）	
3時	黒糖まんじゅう	あずきﾐﾙｸ 紅茶	ﾐﾙｸﾛｰﾙケーキ 紅茶	田舎まんじゅう	カステラ 紅茶	ようかん	