

# 平成27年 10月度 予定献立表



社会福祉法人巣立ち会  
こひつじ舎 配食係  
Tel/Fax : 042-488-4433/4437  
(営業時間 : 9時~17時)

	昼 食	夕 食
1 (木)	・揚げ魚のトマトソースがけ・青菜の煮浸し・切干大根の洋風漬け ・さつまいものハチミツレモン煮／漬けもの・ご飯	・豚の味噌グリル・塩だれ野菜炒め ・一口がんもと根菜煮 ・青菜のおかか和え／サンマの蒲焼き ・わかめご飯
2 (金)	・和風ハンバーグ・炒めなます ・青菜とちくわの辛子和え ・ひじき煮／煮豆 ・黒酢の混ぜ寿司	・イカのパセリバターグリル ・青菜のまるやかごま和え ・焼き野菜マリネ ・豆サラダ／フルーツ缶・ご飯
6 (火)	・サバの味噌煮 ・青菜ときのこのお浸し ・根菜煮 ・ちくわきんぴら／煮豆・ご飯	・豚肉と野菜のポン酢炒め ・ひじきと大豆のサラダ・切干大根煮 ・いんげんの酢味噌和え／漬けもの ・さつまいもご飯
7 (水)	・ハンバーグの香草パン粉焼き ・青菜とかにかまのさっと煮 ・キャベツの中華炒め ・雷こんにゃく／フルーツ缶・ご飯	・鶏ときのこの焼き肉 ・青菜の卵炒め・ひじきとツナのサラダ ・黒酢れんこん／こうなごの佃煮 ・ご飯
8 (木)	・豚の唐揚げねぎソース ・青菜とごぼうのごま和え ・にんじんさっぱり煮 ・きのこのオysterソース炒め／漬けもの・ご飯	・タンドリーサーモン ・キャベツのごま酢和え・ラタトゥユ ・青菜のお浸し／煮豆 ・ご飯
9 (金)	・鶏の塩こうじ漬け焼き ・厚揚げの南蛮漬け・ひじきと里いもの煮もの・ピーマンとじゃこの炒り煮／フルーツ缶・ご飯	・肉だんごの酢豚 ・キャベツのチョレギ風サラダ ・青菜の中華風お浸し・なすのオyster照り焼き／煮豆・ご飯
13 (火)	・味噌つくね焼き・青菜のピリ辛和え ・にんじんさっぱり煮 ・こんにゃくと油揚げの煮もの／漬けもの・栗ごはん	・カジキのスティックフライ ・青菜ともやしのピーナッツ和え ・ごぼうといんげんのきんぴら「・ご飯 ・にんじんのマスタードサラダ／昆布の佃煮
14 (水)	・バーベキューポーク ・青菜のごま和え・カニ風味サラダ ・ひじき煮／フルーツ缶 ・ご飯	・牛肉と秋なすの甘味噌炒め ・根菜煮・キャベツと油揚げの煮もの ・エノキの生姜ポン酢／煮豆 ・ご飯
15 (木)	・鶏のカレー生姜焼き・豆腐の中華煮 ・青菜のおかか和え ・きのこの田舎煮／漬けもの ・ご飯	・ハンバーグのきのこしょうゆソース ・青菜の煮浸し・にんじんシリシリ ・さつまいもの甘辛煮／フルーツ缶 ・コーンご飯

	昼 食	夕 食
16 (金)	・イカの照り焼き・チャプチェ ・青菜の中華風お浸し ・ごまかぼちゃ／漬けもの ・ひじきご飯	・豚の黒こしょう炒め ・里いもそぼろ煮 ・春雨の中華和え ・二色ナムル／こうなごの佃煮・ご飯
20 (火)	・きのこ豚肉のマヨ照り炒め ・じゃがいも七味煮・春雨サラダ ・甘酢れんこん／煮豆 ・ご飯	・ハンバーグデミソース ・グリル野菜・青菜ときのこの煮浸し ・豆サラダ／フルーツ缶 ・ご飯
21 (水)	・筑前煮・ピーマンと厚揚げの酢豚風 ・キャベツとひじきの柚子こしょう和え ・青菜のお浸し／フルーツ缶 ・ご飯	・豚肉の西京漬け焼き・野菜の七味しょうゆ和え・トマトと豆のカレー煮 ・かぼちゃ甘辛煮／漬けもの ・きのこの炊き込みご飯
22 (木)	・麻婆なす・青菜の生姜しょうゆ和え ・切り昆布の煮もの ・揚げシューマイ／漬けもの ・ご飯	・鶏唐揚げの油淋鶏だれ・二色ナムル ・青菜のごま和え ・里いも土佐煮／フルーツ缶 ・ご飯
23 (金)	・豚のハチミツ生姜焼き・切り昆布の煮もの・韓国風五色炒め ・わかめの酢味噌和え／煮豆 ・ご飯	・魚の生姜しょうゆ漬け焼き ・キャベツの中華炒め・五目豆 ・なすのそぼろあん／漬けもの ・栗ごはん
27 (火)	・鶏と長ねぎの塩だれ炒め・洋風五目豆 ・青菜とベーコンのさっと煮 ・ピーマンおかか和え／フルーツ缶 ・さつまいもご飯	・とんかつ ・五目ひじき煮・野菜のキムチ炒め ・ごまかぼちゃ／漬けもの ・ご飯
28 (水)	・鮭のみりんしょうゆ漬け焼き ・青菜の卵炒め・なすのそぼろがけ ・大根のアチャラ漬け／漬けもの ・ご飯	・鶏の山賊焼き・根菜煮 ・キャベツのうま塩和え ・青菜のお浸し／フルーツ缶 ・ご飯
29 (木)	・カレーの中華風唐揚げ・キャベツと油揚げの煮もの・里いもとこんにゃくの煮ころがし ・二色和え／こうなごの佃煮・ご飯	・カレー風味とんじゃが・ピーマンとちくわのきんぴら・厚揚げの詰め煮あんかけ・にんじん和風サラダ／煮豆・わかめご飯
30 (金)	・豚マヨ生姜焼き・青菜とちくわの辛子和え・ごぼうといんげんのきんぴら・なすのなべしぎ／フルーツ缶 ・きのこの炊き込みご飯	・マーマレードチキンソテー ・ひじきの和風サラダ・青菜のまるやかごま和え・さつまいものレモン煮／漬けもの・ご飯

- ◎ 使用している米は国産米です。
- ◎ 新規・追加のご注文は、配達ご希望日2日前の午前中までをお願い致します。
- ◎ キャンセルのご連絡は、配達日前日の午前中までをお願い致します。
- ◎ 献立は、材料の仕入れ等の状況により変更させて頂く場合がございます。あらかじめご了承をお願いいたします。
- ◎ お届けのお弁当はなるべく早くにお召し上がりくださいますようお願いいたします。

