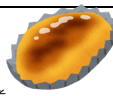


2025年10月献立 (10/1~10/11)



日	月	火	水	木	金	土
			令和07年10月01日(水)	令和07年10月02日(木)	令和07年10月03日(金)	令和07年10月04日(土)
			御飯 厚揚げと里芋の治部煮 (ガ・リ) かつおと里芋の治部煮 小松菜の中華風味和え カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ ブロッコリーサラダ カルシウム牛乳	御飯 さつま芋と鶏肉の煮物 しろ菜のわさび和え カルシウム牛乳	御飯 ツナとかぶのコンソメ煮 チンゲン菜サラダ カルシウム牛乳
			御飯 フライ盛り合わせ 豆腐の煮物 お吸物(小花麩・葱) ふりかけ(かつお)	豚丼 畑菜のごま和え みそ汁(おつゆ麩・大根の葉) いちごムース	ひき肉のカレー キャベツのサラダ ｺﾝｽｰﾌﾟ(畑菜・大根) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 チキンの青のりピカタ ポテトサラダ みそ汁(葱・白菜) フルーツ缶(みかん)
			おやつ(シュークリーム)	おやつ(チョコパン)	おやつ(きみしぐれ)	おやつ(スィーツ)
			御飯 白身魚のみりん焼き 蓮根の炒め物 (リ) 大根の炒め煮 しろ菜のごま和え みそ汁(里芋・にんじん)	御飯 さばの山椒焼き 冬瓜の炒り煮 青梗菜のおひたし みそ汁(白菜・椎茸)	御飯 鶏肉の柚子醤油たれ カリフラワーソテー 白菜のレモン風味和え みそ汁(ほうれん草・玉葱)	御飯 たら香焼 畑菜の炒め物 茄子のお浸し みそ汁(いんげん・キャベツ)

	令和07年10月05日(日)	令和07年10月06日(月)	令和07年10月07日(火)	令和07年10月08日(水)	令和07年10月09日(木)	令和07年10月10日(金)	令和07年10月11日(土)
朝	御飯 冬瓜とつみれの中華煮 小松菜のわさび和え カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め 畑菜のおひたし カルシウム牛乳	御飯 冬瓜といわしのとろみ煮 しろ菜のサラダ カルシウム牛乳	御飯 鶏と野菜の中華風炒め 白菜のポン酢和え カルシウム牛乳	御飯 厚揚げと冬瓜の治部煮 (ガ・リ) フィッシュボールと冬瓜の治部煮 畑菜のおひたし カルシウム牛乳	御飯 さつま芋のそぼろ炒め 大根の青さし和え カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと冬瓜の煮物 (リ) はんぺんと冬瓜の煮物 しろ菜の中華風味和え カルシウム牛乳
昼	御飯 ポークチャップ ほうれん草のフレンチサラダ ｺﾝｽｰﾌﾟ(椎茸・小松菜) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 チキンステーキ バター醤油ソース ブロッコリーの中華サラダ ｺﾝｽｰﾌﾟ(葱・人参) ふりかけ(うめ)	御飯 たらポテト焼き かぶのピリ辛炒め みそ汁(椎茸・白菜) フルーツ缶(黄桃)	御飯 豚肉のにんにく醤油炒め じゃが芋の含め煮 みそ汁(椎茸・葱) フルーツ缶(みかん)	御飯 鶏のトマト煮 さつま芋サラダ ｺﾝｽｰﾌﾟ(青梗菜・人参) フルーツ缶(白桃)	赤飯<お誕生会> ぶりの山椒焼き 青梗菜のおひたし お吸物(小花麩・葱) りんごムース	御飯 たら和風タルタルソース かぼちゃの煮物 みそ汁(玉葱・ほうれん草) フルーツ缶(黄桃)
おやつ	おやつ(和のﾊﾞｰﾅｰ抹茶)	おやつ(みたらし団子)	おやつ(クッキー)	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(焼きドーナツ)	おやつ(どら焼きずんだ)	おやつ(カスタードケーキ)
タ	御飯 かに玉 がんもの煮物 (リ) フィッシュボールの煮物 白菜とかつおのポン酢和え 中華スープ(畑菜・若布)	御飯 さばの七味焼き 大根の煮物 青梗菜のごま和え みそ汁(里芋・大根葉)	御飯 鶏肉のクリーム煮 カリフラワーソテー ほうれん草サラダ ｺﾝｽｰﾌﾟ(じゃが芋・いんげん)	御飯 赤魚の葱醤油焼き なすのみそ炒め ピーマンのおかか和え みそ汁(玉葱・畑菜)	御飯 干草焼き 大根の炒り煮 小松菜の磯和え みそ汁(春菊・白ネギ)	御飯 鶏肉の照り焼き かぶのバターソテー きゃべつのレモン風味和え ｺﾝｽｰﾌﾟ(玉葱・いんげん)	御飯 豆腐のうま煮 カリフラワーとサバのトマト煮 白菜のゆかり和え みそ汁(小松菜・じゃがいも)

2025年10月献立（10/12～10/18）			
	日	月	火
	令和07年10月12日(日)	令和07年10月13日(月)	令和07年10月14日(火)
朝	御飯 スクランブルエッグ ブロッコリーサラダ カルシウム牛乳	御飯 茄子とピーマンの炒め物 白菜の和風和え カルシウム牛乳	御飯 ツナとかぶのコンソメ煮 きゃべつのサラダ カルシウム牛乳
昼	味噌バターラーメン メンチカツ いちごムース 	御飯 さばの生姜醤油焼き 和風ポテトサラダ お吸い物(麩・ほうれん草) フルーツ缶(みかん)	御飯 鶏肉の七味焼き 畑菜の中華和え みそ汁(玉葱・大根葉) フルーツ缶(マンゴー)
おやつ	おやつ(どら焼きこしあん)	おやつ(しめじ)	おやつ(スイートポテト)
タ	御飯 鶏肉の塩レモン焼き 大根の中華煮 ほうれん草のナムル 中華スープ(わかめ・白ネギ)	御飯 鶏肉の塩麹焼き 五目豆腐 畑菜のおかか和え みそ汁(里芋・いんげん)	御飯 和風玉子焼き 切干大根の炒め煮 (り)大根の炒め煮 ブロッコリーとコーンのサラダ みそ汁(白菜・ピーマン) 



	水	木	金	土
	令和07年10月15日(水)	令和07年10月16日(木)	令和07年10月17日(金)	令和07年10月18日(土)
	御飯 冬瓜とかつおのトロみ煮 かぶのサラダ カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め 茄子のおひたし カルシウム牛乳	御飯 さつま芋と厚揚げの中華煮 (ガ・リ) さつま芋とカツオの中華煮 小松菜のわさび和え カルシウム牛乳	御飯 鶏と野菜の中華風炒め カリフラワーのゆず風味和え カルシウム牛乳
	御飯 鶏肉のカレー風味焼き かぼちゃの煮物 お吸い物(花麩・白菜) フルーツ缶(黄桃)	二色丼 カリフラワーサラダ みそ汁(青梗菜・じゃが芋) フルーツ缶(白桃)	御飯 かれいの煮付け 冬瓜のピリ辛炒め みそ汁(大根の葉・きざみ揚げ) ふりかけ(かつお)	御飯 さばの葱みそ焼き 青梗菜と卵の炒め物 すまし汁(花麩・ほうれん草) フルーツ缶(みかん)
	おやつ(あんぱん)	おやつ(チョコパイ)	おやつ(水まんじゅう)	おやつ(ドーナツ)
	御飯 豆腐の肉野菜あんかけ 肉焼売 しろな磯マヨ和え みそ汁(玉葱・人参)	御飯 さばの蒲焼 大根の塩バター煮 チンゲン菜サラダ みそ汁(玉葱・里芋)	御飯 鶏肉の香味蒸し ポテトソテー 畑菜の青じそ和え みそ汁(かぶの葉・白菜)	御飯 豚肉の玉葱ソース炒め 大根のかにあんかけ 小松菜の胡麻和え みそ汁(わかめ・玉葱)

 2025年10月献立（10/19～10/31） 							
	日	月	火	水	木	金	土
	令和07年10月19日(日)	令和07年10月20日(月)	令和07年10月21日(火)	令和07年10月22日(水)	令和07年10月23日(木)	令和07年10月24日(金)	令和07年10月25日(土)
朝	御飯 厚揚げと冬瓜の治部煮 （ガ・リ）つみれと冬瓜の治部煮 ほうれん草の磯和え カルシウム牛乳	御飯 さつま芋のそぼろ炒め しろ菜のおひたし カルシウム牛乳	御飯 かつおと大根の煮物 小松菜の中華風味和え カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ ブロッコリーサラダ カルシウム牛乳	御飯 挽肉と茄子の炒め物 畑菜のからし和え カルシウム牛乳	御飯 ツナとかぶのコンソメ煮 白菜のサラダ カルシウム牛乳	御飯 さつま芋とつみれの中華煮 しろ菜のわさび和え カルシウム牛乳
昼	御飯 若鶏の唐揚げ カリフラワーとサバのトマト煮 味噌汁(大根・畑菜) フルーツ缶（黄桃） 	御飯 パークカレー キャロットサラダ ｺﾝﾅｰﾌﾞ（きゃべつ・パプリカ） バナナムース	御飯 豚肉の葱だれ炒め 煮奴 中華スープ(椎茸・若布) フルーツ缶(黄桃)	御飯 鶏肉のマスタード焼き ピーマンの甘酢和え みそ汁(ほうれん草・椎茸) フルーツ缶（みかん）	御飯 赤魚の照り焼き 里芋の煮物 お吸物（小花麩・白ネギ） ふりかけ（たまご）	<郷土料理 香川県> しっぽくうどん まんばのけんちゃん ちくわの磯辺揚げ （リ）メンチカツ フルーツ缶（マンゴー）	御飯 鶏肉の柚子醤油たれ 冬瓜の甘辛炒め みそ汁(おつゆ麩・青梗菜) フルーツ缶（白桃）
おやつ	おやつ（どら焼きこしあん）	おやつ（あんぱん）	おやつ（黒糖饅頭）	おやつ（ｽｲｰﾄ-ﾛｳｶﾞ）	おやつ（クリームパン）	おやつ（きみしぐれ）	おやつ（ｽｲｰﾄ-ﾛｳｶﾞ ｺﾛ）
夕	御飯 たらのごまだれがらめ 厚焼き玉子 白菜のレモン風味和え お吸い物(じゃが芋・ねぎ)	御飯 バサのムニエル かぶの洋風煮 青梗菜のイタリアンサラダ みそ汁(椎茸・玉葱)	御飯 鶏肉の梅肉焼き がんもの煮物 （リ）つみれの煮物 ほうれん草のナムル みそ汁（人参・葱）	御飯 麻婆豆腐 しゅうまい 白菜の中華サラダ 中華スープ（春雨・かぶ葉）	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 切干大根の炒め煮 （リ）大根の炒め煮 和風ポテトサラダ みそ汁(玉葱・大根葉)	御飯 スペイン風オムレツ 鯖と野菜のトマト煮 小松菜のサラダ ｺﾝﾅｰﾌﾞ（玉葱・キャベツ）	御飯 たらのみそチーズ焼き チンゲン菜と卵の炒め物 大根の青じそ和え みそ汁(若布・葱)
	令和07年10月26日(日)	令和07年10月27日(月)	令和07年10月28日(火)	令和07年10月29日(水)	令和07年10月30日(木)	令和07年10月31日(金)	 今月のご当地メニューは 24日（金）香川県です
朝	御飯 野菜炒め かぶの香味和え カルシウム牛乳	御飯 冬瓜とかつおのとりみ煮 畑菜のごまマヨ和え カルシウム牛乳	御飯 鶏と野菜の中華風炒め しろ菜の柚子風味和え カルシウム牛乳	御飯 厚揚げと大根の治部煮 （ガ・リ）カツオと大根の治部煮 畑菜の磯和え カルシウム牛乳	御飯 さつま芋のそぼろ炒め 白菜のおひたし カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと大根の煮物 （リ）まぐろと大根の煮物 しろなの中華風味和え カルシウム牛乳	
昼	御飯 豚肉のしぐれ煮 白菜の和え物 みそ汁(畑菜・うずまき麩) ふりかけ（たまご）	御飯 さばのみりん焼き かぼちゃの煮物 みそ汁(油揚げ・大根) フルーツ缶（みかん）	御飯 バサの香味蒸し 冬瓜のごま煮 みそ汁(うずまき麩・白葱) フルーツ缶（白桃）	御飯 鶏肉のカレー風味煮 ほうれん草サラダ みそ汁(うずまき麩・白葱) フルーツ缶（黄桃）	御飯 揚げだし豆腐の野菜あんかけ 卵と小松菜の炒め物 みそ汁(里芋・人参) ふりかけ（かつお）	<行事食 ハロウィン> 海老ピラフ カニクリームコロッケ かぼちゃサラダ ｺﾝﾅｰﾌﾞ（ｷｬﾍﾞﾂ・畑菜）	
おやつ	おやつ（和のパンケーキ抹茶）	おやつ（おかき）	おやつ（ｸﾘｰﾑﾊﾟﾝ） 	おやつ（ｽｲｰﾄ-ﾛｳｶﾞ ｲﾁｺﾞ）	おやつ（ﾄﾞｰﾙ-ｷｬｯﾁ）	おやつ（ｽｲｰﾄ-ﾛｳｶﾞ）	
夕	御飯 ツナと野菜の卵焼き 茄子の生姜煮 かぶの甘酢和え みそ汁(白菜・人参)	御飯 豚肉のボン酢炒め 大根の中華煮 青梗菜のナムル 中華スープ(たまねぎ・わかめ)	御飯 鶏肉のはちみつﾍﾞﾅｰｽ じゃが芋のカレーソテー かぶの香味和え みそ汁(花麩・かぶ葉)	御飯 さばの七味焼き さといもと豆腐しんじょうの煮物 小松菜のからし和え みそ汁(大根・揚げ)	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め カリフラワーのおかか煮 きゃべつのさっぱりサラダ 中華スープ(畑菜・椎茸)	御飯 いわし入り和風玉子焼き じゃが芋の甘辛炒め 小松菜のサラダ みそ汁(白菜・青梗菜)	