

令和 6年 10月



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|--|---|-----|
| | 1日 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | |
| | 豆腐チャンプルー ごはん 小鉢 みそ汁  | 白身フライ丼 ごはん みそ汁  | 厚揚げのみそ炒め ごはん 小鉢 スープ  | 肉豆腐 ごはん ほうれん草の納豆和え みそ汁  | 衣笠丼の具 ごはん 白身フライ (小鉢) 小鉢 すまし汁  | 休日 |
| 7日 | 8日 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 |
| 鶏肉と野菜のトマト煮 ごはん スハサラ スープ  | 豆腐ハンバーグ 枝豆ごはん 小鉢 みそ汁  | チリコンカン ごはん 春巻き スープ  | 肉じゃが ごはん (ゴマ塩) 小鉢 みそ汁  | ハヤシライス サツマイモの天ぷら マカロニサラダ スープ  | 焼きそば ごはん 小鉢 スープ  | 休日 |
| 14日 | 15日 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 |
| ミートスパゲティ 野菜のナムル スープ  | そばろ丼 里芋の甘辛揚げ サラダ みそ汁  | 豆腐南蛮 ごはん 小鉢 スープ  | 和風パスタ きなこドーナツ サラダ スープ  | クリームシチュー ごはん 小鉢  | わかめごはん 揚げギョーザ 野菜の胡麻和え みそ汁  | 休日 |
| 21日 | 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 |
| ミックスフライ ごはん 酢の物 みそ汁  | ちゃんぽん ごはん ギョーザ  | あんかけ豆腐 ごはん 小鉢 すまし汁  | からあげ ごはん 小鉢 みそ汁  | マーボー豆腐 ごはん 野菜のナムル 中華スープ  | ハロウィンカレー サラダ スープ デザート  | 休日 |
| 28日 | 29日 | 30日 | 31日 | | | |
| 卵丼 小鉢 みそ汁  | 厚揚げと野菜のみそ炒め ごはん 小鉢 みそ汁  | ナポリタン ごはん サラダ スープ  | ハロウィンカレー サラダ スープ デザート  | | | 休日 |