２０２６年１０月　月間献立表
（常食（デイ））

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
朝	朝	朝	朝	1日 朝	2日 朝	3日 朝
昼	昼	昼	昼	昼 赤飯（新） あおさ汁 フルーツ（白桃缶） 鶏肉の茸あんかけ ﾎｳﾚﾝｿｳ草のｼﾞｬｺ和え	昼 米飯 中華たまごスープ ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（紅茶） ふりかけ（おかか） 鶏肉のﾄﾏﾄ煮込み ｷｬﾍﾞﾂﾏｽﾀｰﾄﾞｻﾗﾀﾞ	昼 米飯 吸い物（はんぺん） ﾌﾙｰﾁｪ（ぶどう） 鮭の味噌ﾊﾞﾀｰ焼き ｲﾝｹﾞﾝのｿﾃｰ ひじきのサラダ
夕	夕	夕	夕	夕	夕	夕
4日 朝	5日 朝	6日 朝	7日 朝	8日 朝	9日 朝	10日 朝
昼	昼 米飯 緑黄色ﾎﾞﾀｰｼﾞｭ ヨーグルトいちご ミートローフ ｶﾞｰﾘｯｸｿﾃｰ 胡瓜とﾊﾑのｻﾗﾀﾞ	昼 米飯 吸い物（もずく） ﾐﾙｸｽｲｰﾂいちご 鶏肉の照り焼き 付）人参グラッセ 玉ねぎの卵とじ オクラのｻﾗﾀﾞ	昼 米飯 トマトﾎﾞﾀｰｼﾞｭ フルーツ（みかん缶） 魚のカレーパン粉焼き 大根のｺﾝｿﾒ煮 南瓜サラダ	昼 米飯 吸い物（かまぼこ） フルーツ（パイン缶） 鶏肉のレモン炒め 玉ねぎのｿﾃｰ ｲﾝｹﾞﾝのゆず味噌和え	昼 米飯 味噌汁(厚揚げ) ヨーグルト（ﾌﾟﾙｰﾍﾞﾘｰ） 魚の塩麹焼き 小松菜の華風炒め カリフラワーｻﾗﾀﾞ	昼 米飯 清まし汁（とろろ昆布 フルーツ（黄桃缶） 魚の塩焼き 南瓜の煮付け 白菜のﾋﾞｰﾅｯﾂ和え
夕	夕	夕	夕	夕	夕	夕
11日 朝	12日 朝	13日 朝	14日 朝	15日 朝	16日 朝	17日 朝
昼	昼 カレーライス 福神漬 コールスロー 芋ようかん（デイ特養）	昼 米飯 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ) フルーツ（白桃缶） タンドリーチキン 南瓜のｺﾝｿﾒ煮 アスパラｻﾗﾀﾞ	昼 米飯 コーンポタージュ フルーツ（甘夏缶） 魚のﾊﾞﾀｰ焼き キャベツのﾄﾏﾄ煮 ごぼうのｻﾗﾀﾞ	昼 米飯 中華たまごスープ ﾌﾙｰﾁｪ（ぶどう） 魚のｺﾞﾏ煮 茹蕗の味噌炒め ｲﾝｹﾞﾝのﾋﾞｰﾅｯﾂ和え	昼 米飯 枝豆のポタージュ フルーツ（黄桃缶） チキン南蛮 ﾓﾔｼと人参のﾅﾑﾙ	昼 米飯 防災カレー カボチャｻﾗﾀﾞ フルーツ（パイン缶）
夕	夕	夕	夕	夕	夕	夕
18日 朝	19日 朝	20日 朝	21日 朝	22日 朝	23日 朝	24日 朝
昼	昼 米飯 かき玉汁 フルーツ（バナナ） 魚の煮付け がんもと人参の煮物 胡瓜のサラダ	昼 玉子サンド ﾒﾛﾝﾊﾟﾝ（ケア・デイ） ｶﾞｭｱﾙﾛｰﾙ（ｹｱﾃﾞｨ） トマトﾎﾞﾀｰｼﾞｭ 角切りポテトサラダ ミルクスイーツ（いち	昼 米飯 あおさ汁 ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（紅茶） 鶏肉の柚子胡椒炒め 小松菜の磯和え	昼 米飯 味噌汁(えのき) フルーツ（りんご） 鯖の塩焼き 里芋のいなか煮 胡瓜と若布の酢の物	昼 米飯 緑黄色ﾎﾞﾀｰｼﾞｭ ﾌﾙｰﾁｪ（ぶどう） 牛肉のﾄﾏﾄ煮込み 胡瓜とﾊﾑｻﾗﾀﾞ	昼 米飯 味噌汁（なす） ヨーグルトいちご 魚のｶﾚｰパン粉焼き いんげんのｿﾃｰ ﾎｳﾚﾝｿ草のサラダ
夕	夕	夕	夕	夕	夕	夕
25日 朝	26日 朝	27日 朝	28日 朝	29日 朝	30日 朝	31日 朝
昼	昼 米飯 味噌汁（きざみあげ） ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（ﾊﾞﾅﾅ） ポークチャップ 玉ねぎのｿﾃｰ ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ	昼 米飯 あおさ汁 フルーツ（みかん缶） 魚の野菜あんかけ ｷｬﾍﾞﾂとｶﾆの中華和え	昼 米飯 肉うどん ｷｬﾍﾞﾂの酢の物 フルーツ（黄桃缶）	昼 米飯 ﾐﾙｸｽｲｰﾂ（ピーチ） 魚の柚子胡椒焼き 南瓜の煮付け 胡瓜の和え物	昼 米飯 トマトﾎﾞﾀｰｼﾞｭ フルーツ（バナナ） 鮭のムニエル 大根のｺﾝｿﾒ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰﾏｽﾀｰﾄﾞｻﾗﾀﾞ	昼 米飯 コンソメスープ ヨーグルトﾌﾞﾙ きのこ煮込みﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ｲﾝｹﾞﾝのｿﾃｰ 南瓜サラダ
夕	夕	夕	夕	夕	夕	夕
朝	朝	メモ				
昼	昼					
夕	夕					