

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
 10月 さとまち 献立表	10月1日	10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	10月6日
	焼肉丼 キャベツソテー 春雨の酢の物	鮭の幽庵焼き 糸昆布の煮付 小松菜の辛子和え	カレーうどん ホタテフライ マカロニサラダ	サーモンフライ 豚肉の味噌マヨ焼き 南瓜の煮付 もずくの酢の物	白身魚の香味焼き 厚揚げの肉味噌かけ 白菜のゆかり和え	ソースカツ ブロッコリーの炒め物 わかめときゅうりの酢の物
10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日
豚の生姜焼き ひじきの煮付け かぼちゃサラダ	鶏唐揚げの甘酢かけ 冬瓜の煮付け 小松菜サラダ	芋ごはん 鯖みりん 照り焼きハンバーグ 厚揚げと野菜の煮付け いんげんとちくわの青じそ和え	とろろそば キス天 ほうれん草の五目和え	鶏肉のきのこあんかけ チンゲン菜の煮浸し ポテトサラダ	麻婆丼 野菜焼売 春雨サラダ	ミートスパゲティ オムレツ キャベツサラダ
10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日
アジフライ きんぴらごぼう ほうれん草の辛子和え	鶏肉の味噌焼き キャベツのコンソメ煮 大根サラダ	カレーライス イカリングフライ 野菜サラダ	鯖の竜田揚げ チキンカツ さつまいものレモン煮 チンゲン菜のサラダ	青椒肉絲 餃子 ナムル	鶏肉のてりやき 小松菜の煮浸し さつまいもサラダ	あじの蒲焼 五目豆 ほうれん草のサラダ
10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日
白身魚フライ 鶏肉の生姜焼き ちくわの煮付け カリフラワーの酢の物	ビビンバ丼 野菜春巻き ブロッコリーの中華和え	人参ごはん さんまの塩焼き さつまいもの煮付け 白菜サラダ	鮭のムニエル カニクリームコロッケ キャベツサラダ	鶏肉のから揚げ 野菜炒め オクラの酢の物	野菜ちゃんぽん えびしゅうまい チンゲン菜の中華和え	煮込みハンバーグ チンゲン菜ソテー スパサラダ
10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	<div style="background-color: #fff9c4; padding: 5px; text-align: center;"> <p>は、選択食となっています！</p> <p>丼物やカレー、麺類等を除き、 全てのお食事にご飯がついてきます！</p> </div> 		
他人丼 かぼちゃコロッケ いんげんサラダ	鯖の山椒焼き きんぴらごぼう ほうれん草の青じそ和え	えびカツ ジャーマンポテト 白菜サラダ	豚肉のつけ焼き 小松菜のスープ煮 かぼちゃサラダ			