

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10月  さとまち屋食献立表 						
		1日	2日	3日 (DC選択食)	4日	5日
		麻婆豆腐 春巻き揚げ 青梗菜のナムル 中華スープ	鰯のピーナッツみそ焼 白菜の煮びたし いんげんのおかか和え みそ汁	チキンと野菜のトマト煮 たらのパン粉焼き ブロッコリーソテー もやしのフレンチサラダ コンソメスープ	豚肉と玉ねぎの炒め物 大根と人参の煮つけ 白菜とカニの酢の物 みそ汁	ホイコーロー かにシューマイ 青梗菜の中華和え 中華スープ
6日	7日	8日	9日	10日	11日 (DC選択食)	12日
ハヤシライス (豚) いんげんとベーコンのソテー ひじき和風サラダ はちみつヨーグルト	メンチカツ きのこのバターソテー キャベツとかにかまのサラダ みそ汁	きのこおろしそば かき揚げ ほうれん草の和え物	海鮮五目中華炒め 冬瓜のスープ煮 ブロッコリーの青じそドレ 中華スープ	野菜オムレツミートソース 小松菜の炒め物 カリフラワーのサラダ コンソメスープ	さわらの甘酢あんかけ 鶏の照り焼き 大根とさつま揚げの煮物 ほうれん草のなめたけ和え すまし汁	海老と野菜の卵炒め かぶの煮物 カリフラワーピーナッツ和え 中華スープ
13日	14日 (DC選択食)	15日 (行事食)	16日	17日	18日	19日
ポークジンジャー ブロッコリーのクリーム煮 茹でキャベツのサラダ コンソメスープ	酢鶏 ホキの中華あんかけ 青梗菜の塩炒め 枝豆とわかめの和え物 中華スープ	さつまいもご飯 サバの塩焼き えび団子の炊き合わせ ほうれん草と卵の和え物 豚汁	八宝菜 (塩) えびシューマイ 春雨の中華サラダ 中華スープ	肉うどん 厚揚げの味噌掛け 蒸しナスの香味ソース	豆入りひき肉カレーライス キャベツの卵炒め カリフラワーとコーンのサラダ ヨーグルトブルーベリーソース	豆腐ハンバーグ マカロニソテー 揚げなすサラダ みそ汁
20日	21日	22日	23日 (DC選択食)	24日 (イベント食)	25日	26日
焼きそば 目玉焼き 豆腐サラダ わかめスープ	鶏肉のハニーマスタードソース ほうれん草の炒め物 もやしのサラダ コーンポタージュ	他人丼 かぶと人参の煮物 いんげんのフレンチサラダ みそ汁	さばの味噌煮 コロッケ なすとひき肉のソテー 青梗菜のごま酢和え すまし汁	松山鮓 せんざんき 麦味噌汁 オレンジゼリー	とんかつ 青梗菜のソテー きのこマリネ コンソメスープ	肉団子の甘辛煮 ポテトとツナのソテー もやしのサラダ みそ汁
27日 (DC選択食)	28日	29日	30日	31日	は選択メニューです。 全てのお食事にご飯と汁物が付きます！！ (丼物、麺類等を除きます)	
イタリアンオムレツ 魚のムニエル イカ団子と野菜のコンソメ煮 ブロッコリーサラダ ポタージュ	塩ラーメン 肉団子 大根の酢の物	鶏のねぎだれかけ 豆腐のあんかけ おくらのしらす和え みそ汁	アジのかば焼き丼 冬瓜の煮物 おくらの和風和え みそ汁	ポークチャップ 南瓜コロッケ ブロッコリーのサラダ ポタージュ		