

令和2年10月予定献立表

東日暮里サービスセンター

			木 1	金 2	土 3
			お赤飯 味噌汁 鮭の梅煮 野菜炒め 白和え 果物	炊き込みご飯 すまし汁 豆腐の落とし焼き 香味和え 果物	ご飯 味噌汁 白身魚の竜田揚げ 牛ごぼうの甘辛煮 ごま和え 果物
			フルーツかん	ぶどうゼリー	ぶどうゼリー
5	6	7	8	9	10
ご飯 味噌汁 さばの塩焼き 炒り豆腐 コーンサラダ 果物	ご飯 豚汁 秋刀魚の蒲焼 五目煮豆 春雨サラダ 果物	ご飯 味噌汁 オムレツ じゃが芋の煮物 華風和え 果物	ご飯 味噌汁 煮込みハンバーグ 小松菜の炒め物 ポテトサラダ 果物	ご飯 かきたま汁 麻婆豆腐 南瓜の煮物 ごま酢和え 果物	五目うどん かぶのそぼろ煮 酢の物 果物
ミルクくずもち	クッキー	クッキー	ロールケーキ	ロールケーキ	焼き芋
12	13	14	15	16	17
ご飯 スープ グラタン 高野豆腐の煮物 ツナサラダ 果物	ご飯・餃子 すまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き 大根の煮物 くるみ和え 果物	チキンライス スープ 千切りポテトサラダ フルーツゼリー	ご飯 味噌汁 酢鶏 炊き合わせ れんこんサラダ 果物	ご飯 スープ 秋刀魚のフライ 煮浸し からし和え 果物	ご飯 味噌汁 たらの野菜あんかけ にら卵炒め 酢味噌和え 果物
オレンジゼリー	オレンジゼリー	チーズ蒸しパン	チーズ蒸しパン	抹茶ゼリー	抹茶ゼリー
19	20	21	22	23	24
カレーライス スープ マカロニサラダ 杏仁豆腐	ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 卵炒め ごま和え 果物	ご飯・餃子 味噌汁 鮭のマヨネーズ焼き れんこんとひじきの煮物 なめこおろし和え 果物	きのこご飯 さつま汁 肉団子のもやしあん 春雨サラダ 果物	ご飯 味噌汁 白身魚の卵マヨ焼き 切り昆布の煮物 生姜和え 果物	ご飯 味噌汁 鮭のおろし煮 ぎせい豆腐 梅肉和え 果物
プリン	プリン	りんごゼリー	りんごゼリー	小豆かん	小豆かん
26	27	28	29	30	31
ご飯 スープ 鶏肉の味噌焼き 筑前煮 中華サラダ 果物	チャーハン スープ 冷しゃぶサラダ 果物	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め 南瓜のいとこ煮 酢の物 果物	ご飯 味噌汁 白身魚の青海苔焼き 五目煮豆 酢味噌和え 果物	ご飯 すまし汁 豚肉の生姜焼き 切干大根の煮物 南瓜サラダ 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 肉じゃが お浸し 果物
黒糖ゼリー	黒糖ゼリー	白玉きなこ	白玉きなこ	コーヒーゼリー	コーヒーゼリー

入庫の都合により多少の変更もございますが、ご了承ください。