

2026年 10月 献立表



日	12		13		14	15		16	
	月		火		水	木		金	
区分	献立名	食品名	献立名	食品名		献立名	食品名	献立名	食品名
昼食	お休み		牛肉の柳川風	牛肉・玉葱・牛蒡 人参・干椎茸 卵・グリーンピース	お休み	魚の香り煮	メバル・生姜 にんにく・フキ 蓮根・蒟蒻	レバーの ごまソース がらめ	豚レバー・生姜 白ごま・レタス
			春雨炒め	春雨・人参 もやし・ピーマン		牛蒡の炒め煮	豚肉・牛蒡 人参・ピーマン	青菜のソテー	小松菜・しめじ パプリカ
			おかか和え	ほうれん草・人参 白菜・花鰻		切干大根 ごまなます	切干大根・胡瓜 人参・すりごま	ポテト サラダ	じゃが芋・胡瓜 人参・マヨネーズ
			味噌汁	大根・えのき 油揚げ・細葱		豆乳汁	南瓜・玉葱 油揚げ・豆乳 細葱	野菜スープ	玉葱・キャベツ パセリ
			十六穀米 フルーツ			わかめごはん フルーツ		麦ご飯 フルーツ	

※献立・食品名については、都合により変更になる場合がありますことをご了承ください。

