2026年度　10月　献立表

日	19		20		21	22		23	
	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	つるるん 中華炒め	豚肉・生姜・豆腐 もやし・パプリカ ニラ・干椎茸・春雨	魚の 塩麹焼き	鰆・塩麹 山芋・蓮根 いんげん	お休み	チキン チャップ	鶏肉・玉葱 パプリカ・ピーマン エリンギ・にんにく トマト缶	わかめ うどん	若布・玉葱・人参 赤板・油揚げ 細葱
	温野菜	ブロッコリー オクラ・アスパラ カリフラワー	刻み昆布の 炒り煮	刻み昆布・人参 干椎茸 グリンピース		人参 しりしり	人参・ツナ 白ごま	肉じゃが	豚肉・じゃが芋 人参・玉葱 グリンピース
	チンゲン菜の 中華和え	青梗菜・コーン パプリカ	さつまいもの ごまマヨ和え	さつま芋・人参 コーン・すりごま マヨネーズ		ひじきと 大豆の サラダ	ひじき・大豆 ブロッコリー・人参 コーン・マヨネーズ	ごまハム 和え	キャベツ・胡瓜 ハム・白ごま
	白菜 スープ	白菜・玉葱 人参	けんちん汁	豆腐・油揚げ 玉葱・牛蒡 細葱		マカロニ スープ	マカロニ 玉葱・えのき パセリ	しょうゆ豆	しょうゆ豆
	フルーツ		麦ごはん フルーツ			フルーツ		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。