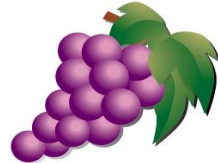




10月の献立



大泉福祉作業所

日	月	火	水	木	金	土
				1 ごはん すまし汁 ぶた肉と野菜のみそ炒め なめこ豆腐 ふりかけ I初給 - 480 塩分 1.7	2 ごはん みそ汁 チキンチャップ かぼちゃの煮物 青りんごゼリー I初給 - 613 塩分 1.2	3
4 	5 ごはん みそ汁 白身魚のフライ 切干大根の炒り煮 紅茶ケーキ I初給 - 679 塩分 3.1	6 ごはん 中華スープ 肉団子の甘酢あん マカロニサラダ ぶどうムース I初給 - 595 塩分 3.0	7 ごはん みそ汁 魚の南部焼 じゃがいもの煮物 つけもの I初給 - 538 塩分 3.0	8 ごはん すまし汁 とり肉のうめソース きんぴらごぼう 水ようかん I初給 - 584 塩分 2.3	9 カレーライス スープ 野菜サラダ ヨーグルト I初給 - 601 塩分 2.6	10
11	12	13 ごはん みそ汁 煮込みハンバーグ かぼちゃサラダ りんごムース I初給 - 605 塩分 3.0	14 三色丼 すまし汁 がんもの煮物 果物（みかん缶） I初給 - 665 塩分 3.3	15 ごはん すまし汁 さばのしょうが煮 なすのみそ炒め 煮豆 I初給 - 575 塩分 2.4	16 ごはん みそ汁 筑前煮 おひたし 黒糖ケーキ I初給 - 608 塩分 2.6	17
18 	19 ごはん みそ汁 とんかつ カリフラワーサラダ つけもの I初給 - 581 塩分 2.5	20 ごはん すまし汁 ぶりの照り焼き 五目煮 水ようかん I初給 - 592 塩分 2.1	21 うどん 野菜のかきあげ 酢の物 果物（白桃缶） I初給 - 516 塩分 3.6	22 ごはん みそ汁 豚肉のオイスターソース炒め 豆腐の田楽 スパゲティーサラダ I初給 - 639 塩分 2.3	23 ごはん みそ汁 とり肉のごまだれソース ひじきの煮物 カステラ I初給 - 648 塩分 1.9	24
25	26 ごはん スープ 豚肉となすのトマト煮 豆たっぷりヘルシーサラダ ヨーグルト I初給 - 633 塩分 3.1	27 ごはん みそ汁 さばのしょうが煮 大根のしのだ煮 ふりかけ I初給 - 503 塩分 2.4	28 ごはん みそ汁 豚肉のねぎ塩だれ さつまいもの甘煮 オレンジゼリー I初給 - 676 塩分 1.6	29 ごはん みそ汁 とり肉のマヨネーズ焼き 五目炒め めかぶつくだ煮 I初給 - 613 塩分 2.4	30 パン（バターロール） スープ メンチカツ かぼちゃサラダ ジョア I初給 - 798 塩分 3.1	31

※仕入の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。