

10月

のぞみホーム献立表



※朝食には
野菜ジュースか牛乳を
提供しています♪

*キャンセルは **5日前の12時**までをお願いします。
(それ以降のキャンセルは費用を負担していただきます)
*仕入れの都合により献立内容が変更する場合があります。

	1日(金)	2日(土)
朝食	ごはん 豆腐と揚げの味噌汁 スクランブルエッグ・納豆・のり バナナヨーグルト	バターロール オニオンスープ ソーセージ・洋風サラダ いちごヨーグルト
昼食	ワークショップ	玉子チャーハン わかめスープ バニラアイス
夕食	炊き込みご飯 おでん 漬物 りんご	カルボナーラ コンソメスープ トマトサラダ プリンフルーツ添え

	3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
朝食	シリアル牛乳がけ コーンスープ 洋風サラダ いちごヨーグルト	ごはん きのこ味噌汁 切り干し大根・納豆・のり バナナヨーグルト	わかめごはん 豆腐と揚げの味噌汁 玉子焼き・ひじき煮 ブルーベリーヨーグルト	ロールパン コンソメスープ スクランブルエッグ・トマトサラダ キウイヨーグルト	ごはん 豚汁 納豆・のり バナナヨーグルト	もち麦ごはん ほうれん草とネギの味噌汁 プレーンオムレツ・ソーセージ いちごヨーグルト	玉子サンド オニオンスープ ブロッコリーサラダ ブルーベリーヨーグルト
昼食	ホットケーキフルーツ添え 野菜ジュース	ワークショップ	ワークショップ	ワークショップ	ワークショップ	ワークショップ	ワンタン麺 中華サラダ コーヒーゼリー
夕食	カレー コンソメスープ マカロニサラダ ピクルス ミルク寒天	もち麦ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 めかじき玄米みそ漬け 小松菜おひたし ポテトサラダ 桃ゼリー	ごはん 具沢山味噌汁 チキンタルタルステーキ きのこバター添え ブロッコリーサラダ フルーツポンチ	ごはん わかめスープ 麻婆豆腐 春巻き 人参と豆苗ナムル 杏仁豆腐	雑穀米ごはん なめこと豆腐の味噌汁 あじフライ・コロッケ 洋風サラダ 梨	野菜たっぷりスープパスタ トマトサラダ コーヒーゼリーアイス添え	ドライカレー 野菜スープ コーンサラダ りんご
	10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
朝食	シリアル牛乳がけ コンソメスープ ハムサラダ ブルーベリーヨーグルト	ごはん なすと揚げの味噌汁 金平ごぼう・納豆 バナナヨーグルト	ホットドッグ オニオンスープ トマトサラダ いちごヨーグルト	ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 玉子焼き・のり キウイヨーグルト	もち麦ごはん きのこの味噌汁 切り干し大根・納豆 ブルーベリーヨーグルト	マフィンサンド コンソメスープ トマトサラダ バナナヨーグルト	ホットサンド オニオンスープ ツナサラダ いちごヨーグルト
昼食	ホットサンド プリンキウイ添え 野菜ジュース	ワークショップ	ワークショップ	ワークショップ	ワークショップ	ワークショップ	なすのあんかけうどん 小さいなり フルーツゼリー
夕食	さつま芋炊き込みご飯 青菜の味噌汁 豆苗肉巻き わかめの酢の物 りんごコンポート	ごはん 具沢山味噌汁 豆腐ハンバーグ マッシュポテト ほうれん草ごま和え ヒエカスタード	もち麦ごはん きくらげと豆腐スープ フィッシュフライ ブロッコリーサラダ 大根の煮物 みかんゼリー	雑穀米ごはん ミネストローネ 鮭のムニエル 洋風サラダ かぼちゃ寒天	まぐろ山かけ丼 豆腐とわかめの味噌汁 筑前煮 漬物 柿	焼きそば 中華スープ チョコレートサラダ えびシューマイ フルーチェ	きのこリゾット オニオンスープ シーザーサラダ みかん