

ケ ア ハ ウ ス 献 立 表

	10月18日（土）	10月19日（日）	10月20日（月）	10月21日（火）	10月22日（水）	10月23日（木）	10月24日（金）
朝ごはん	a)茶粥 梅びし お ヤクルト b)クリームエスカルゴ 牛乳 りんごゼリー	a)茶粥 いりこ 味噌 ヤクルト b)和歌山コッパ°ミカ ン 牛乳 牧場の朝のヨーグルト	a)茶粥 鯛味噌 ヤクルト b)明太子チーズコッ パ° 牛乳 メロンゼリー	a)茶粥 のりの 佃煮 ヤクルト b)カスタード ロール 牛乳 洋梨ゼリー	a)茶粥 梅びし お ヤクルト b)天然コッパ°パン 牛乳 うめゼリー	a)茶粥 いりこ 味噌 ヤクルト b)ホワイトミル ク° 牛乳 牧場の朝のヨーグルト	a)茶粥 のりの 佃煮 ヤクルト b)バタークリームロール 牛乳 マンゴーゼリー
お昼ごはん	ご飯 エビマカニグラタンフライ 蓮根ちくわ炒め生酢 もやしサラダ 味噌汁(白菜) あんずケーキ	ご飯 ハンバーグ(おろしソース) 金時豆煮 ブロッコリーたらこサラダ 味噌汁(もやし) ゼリー	秋の恵みカレー 干草蒸し ひじき油揚げ煮 カボチャサラダ 味噌汁(大根葉) レモンケーキ	ご飯 とりの唐揚げ ぶたと白菜炒め煮 おくらとろろ和え 味噌汁(大根) 長崎カステラ	ご飯(さけふりかけ) ホッケ塩麴焼き 蓮根油揚げ煮 ブロッコリー平天和え 味噌汁(キャベツ) 黒糖ケーキ	ご飯 シロガネ揚げびたし とりしろなの炒め ミルク寒天 味噌汁(大根) ミニあんぱん	穴子丼 ぶたとタケノコ煮 ほうれん草おからサラダ 味噌汁(玉ねぎ) ロールケーキ
晩御飯	ご飯 とりのくわ焼き 大豆煮 大根コンソメ大葉サラダ 味噌汁(シヤガ代)	ご飯 さば味噌煮 金平ごぼう キャベツ大根塩ポン酢和え おすまし	ご飯 干草蒸し ひじき油揚げ煮 カボチャサラダ 味噌汁(白菜)	ご飯 ホキのソテー とり高野豆腐サイコロ煮 いんげんサラダ 味噌汁(なす)	ご飯 ぶた山椒煮 やっこ(醤油) 白菜レモン風味 かきたま味噌汁	ご飯 おでん ぶたともやし炒め 胡瓜浅漬け	ご飯 ミートローフ 大根こんにゃく煮 かたろけパプリカサラダ 味噌汁(わかめ)