10月

献立予定表

※食材の発注の関係により、メニュー変更をする可能性がございます。
ご了承下さいます様、お願い致します。

彩りスマイルキッチン
TEL:048-770-1031
FAX:048-770-1032

月		火		水		木		金		土	
						1		2		3	
昼	夕	昼	夕	昼	夕	昼	夕	昼	夕	昼	夕
						魚のムニエル	もやしと鶏ひき肉の餡煮	エビフライ	ピーマン肉詰め	鶏肉ときのこのソテー	魚のフライ
						里芋の煮物	玉子焼き	大根の煮物	マカロニサラダ	ツナと人参のカレー炒め	豆苗の塩炒め
						ひじきと枝豆のサラダ	小松菜の和え物	ポテトフライ	ミックスビーンズのカレー炒め	スパゲティサラダ	かぼちゃの煮物
						酢の物	酢の物	酢の物	酢の物	いんげん胡麻和え	酢の物
5		6		7		8		9		10	
焼魚	天ぷら盛り合せ	肉じゃが	焼魚	魚の煮付け	豚肉コーラ煮	彩り風チキン南蛮	魚のバター醤油焼	焼魚	なすと豚肉のトロトロ照り焼き	肉野菜炒め	魚のフライ
ほうれん草と竹輪の生姜煮	がんもの煮物	椎茸の天ぷら	五目煮	野菜のかき揚げ	金平ごぼう	ほうれん草とえのきのゆずぽんお浸し	かぼちゃの煮物	竹輪の変わり炒め	大学芋	ぜんまいの煮物	豆苗の卵炒め
高野豆腐の煮物	いんげん和え物	マカロニサラダ	わかめの酢の物	スパゲティサラダ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのカニカマあんかけ	わかめともやしのナムル	玉ねぎの焼き浸し	ひじきの煮物	スパゲティナポリタン	ポテトサラダ	煮物
炒りたまご	酢の物	ほうれん草のお浸し	玉子焼き	酢の物	酢の物	ミックスビーンズのソテー	酢の物	酢の物	酢の物	酢の物	酢の物
12		13		14		15					
豚肉とれんこんの炒め煮	鮭のちゃんちゃん焼き	焼魚	彩りハンバーグ	鶏肉となすのスタミナ炒め	魚の蒲焼	赤魚の粕漬焼き	鶏の唐揚げ				
ほうれん草とコーンの和え物	きのこの卵とじ	なすの味噌よごし	ひじきの煮物	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのカレーマリネ	筑前煮	昆布とさつま揚げの炒め物	ほうれん草とじゃこの炒め物				
高野豆腐の煮物	大根の煮物	スパゲティナポリタン	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとえびのわさび和え	里芋の煮物	かき揚げ	ビーフン炒め	さつま芋のレモン煮				
酢の物	酢の物	酢の物	酢の物	酢の物	酢の物	酢の物	酢の物				