



2023

ディナーズ ゆかり

10月の献立予定表



日

月

火

水

木

金

土



◎食べられない食材がある場合は、お気軽にお申し付けください。
※メニューは変更になる場合がございます。



1	2	3	4	5	6	7
ハンバーグ 煮物 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	じゃこごはん 肉じゃが 酢の物 すいとん フルーツ/漬物	餃子 おやき お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	豚のおろし和え 厚揚げの煮物 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	焼魚(塩サバ) 小揚げのロール巻き お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	マーボー豆腐 じゃが芋の煮ころがし 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	カレーライス だし巻き卵 サラダ スープ フルーツ/漬物
8 焼魚(ホッケ) 揚げ出し豆腐 しらす和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	9 豚の生姜焼き ひじきの煮物 マカロニサラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	10 五目ごはん 茄子のそぼろ餡かけ カニ風味サラダ 豚汁 フルーツ/漬物	11 煮込みハンバーグ 卵とし サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	12 すいとん ちくわの肉巻き 和え物 味付けごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	13 お楽しみメニュー	14 芋の子汁 鶏のおろし煮 和え物 変わりごはん フルーツ/漬物
15 栗ごはん 煮物 酢の物 豚汁 フルーツ/漬物	16 親子煮 切干大根 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	17 お楽しみメニュー	18 焼魚(サバ) ひじき煮 お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	19 鶏南蛮 カボチャ煮 もやしのナムル ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	20 魚のフライ 大根と高野豆腐の煮物 お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	21 お楽しみメニュー
22 コロッケ 仙台麩の煮物 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	23 シュウマイ すき昆布の煮物 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	24 焼魚(ホッケ) 煮物 ごま和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	25 味付けごはん 五目袋煮 和え物 そうめんおくづ汁 フルーツ/漬物	26 お楽しみメニュー	27 生揚げの豚肉ロール ひじきの煮物 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	28 ぶりの照り焼き じゃがいも味噌炒め 酢の物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物
29 鶏肉唐揚げ ジャーマンポテト サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	30 鮭のムニエル 煮物 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	31 ミートボール 高野豆腐甘煮 生姜和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物				