2026 ディサービス ゆかり 10月の献立予定表

◎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。

日	月	火	水	木	金	土
				1 さつま芋ごはん 肉じゃが 酢の物 すいとん フルーツ/漬物	2 マーボー豆腐 煮　物 もやしのナムル ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	3 ギョウザ じゃがいもの旨煮 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物
4 休　み	5 豚のおろし和え 厚揚げの煮物 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	6 変わりごはん 鶏フライ 酢の物 そうめん汁 フルーツ/漬物	7 ほっけの竜田揚げ 煮　物 お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	8 親子煮 煮　物 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	9 カレーライス だし巻き卵 サラダ スープ フルーツ/漬物	10 ミートボール 煮　物 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物
11 休　み	12 鶏南蛮 卵とじ サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	13 鮭のソティ もやしと油揚げ煮 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	14 豚の生姜焼き 人参しりしり サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	15 ちくわの肉巻き 野菜の煮物 マカロニサラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	16 お楽しみメニュー	17 焼魚(ホッケ) カボチャ煮 もやしのナムル ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物
18 休　み	19 はんぺんフライ 切り干し大根 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	20 お楽しみメニュー	21 ハンバーグ 大根と高野豆腐の煮物 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	22 酢　豚 おやき サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	23 焼魚（サバ） 煮　物 ごま和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	24 味付けごはん 揚げだし豆腐 お浸し 芋の子汁 フルーツ/漬物
25 休　み	26 煮魚(赤魚) じゃがいも味噌炒め 酢の物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	27 鶏のクリーム煮 小揚のロール巻き 和え物 ごはん／味噌汁 フルーツ/漬物	28 ハムカツ 仙台麸の煮物 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	29 焼魚(ホッケ) ひじきの煮物 お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	30 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	31 生揚げの豚肉ロール 高野豆腐甘煮 生姜和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物