

# 令和 3 年 10 月度 やっとかめ献立表



## 秋 食欲の ですよ

				1日(金) 佐藤 カレイのムニエル ささ身の味噌和え 出し巻き玉子 豚汁・リンゴヨーグルト スイートポテト	2日(土) 鶏つくね もやしゴマ酢 なす炒め 味噌汁・バナナ コーヒーゼリー
4日(月) お誕生会 お祝い天婦羅 茶碗蒸し 冬瓜ツナ煮・赤飯 吸物・柿 ロールケーキ	5日(火) 酢豚 名古屋キンピラ 小松菜京揚げ煮 春雨スープ・黄桃・芋ご飯 あん団子	6日(水) 佐藤 豆腐のそぼろ丼 マグロの山掛け 里芋グラタン けんちん汁・杏仁豆腐 玉子サンド	7日(木) 牛オイスターソース炒め 玉ねぎカニカマ玉子とじ トマトマリネ きのこ汁・みかん アップルパイ	8日(金) おやつ作り ミックスフライ ポテトサラダ 法蓮草オクラお浸し けんちん汁・ローリー	9日(土) 赤魚大根炊き合わせ タヌキ豆腐 ブロッコリーサラダ 貝汁・パイン たこ焼き
11日(月) 佐藤 ぶり大根 揚げ出し豆腐 五目ひじき煮 にゅう麺・キウイ かぼちゃケーキ	12日(火) 鶏味噌マヨ焼き 切干大根 焼きナス 味噌汁・オレンジ みたらし団子	13日(水) エビチリ風 肉じゃが もやし玉子炒め 春雨スープ・みかん プリン	14日(木) 鯖西京焼き オクラもずく 筑前煮 けんちん汁・りんご たい焼き	15日(金) 豚生姜焼き 三色ナムル 大根はんぺい煮 味噌汁・黄桃 シュークリーム	16日(土) 五目ちらし寿司 ふろふき大根 いんげん生姜和え おかめ温麺・みかん 三色団子
18日(月) ホイコーロー 鶏唐サラダ 茸みぞれ煮 味噌汁・杏仁豆腐 ドーナツ	19日(火) 鮭チャンチャン焼き いんげん酢味噌 法蓮草お浸し 豚汁・ローリー フレンチトースト	20日(水) 佐藤 ホイル包みハンバーグ 人参とリンゴのサラダ 大根と半平煮 味噌汁・オレンジ パウンドケーキ	21日(木) やっとかめ喫茶 おでん もやし卵とじ 南瓜そぼろ煮 豚汁・牛乳寒	22日(金) 牛柳川風 切干甘酢煮 高野豆腐煮 味噌汁・柿 モカロールケーキ	23日(土) 豚キャベツ重ね焼き 五目おから きのこバター 味噌汁・黄桃 大福餅
25日(月) 佐藤 ピーマン肉詰め たまごサラダ 青梗菜のクリーム煮 呉汁・柿 大学芋	26日(火) ビーフストロガノフ ブロッコリーのピクルス お麩玉子とじ 野菜スープ・バナナ エクレア	27日(水) カレイあおさ揚げ トマト玉子炒め 豆腐田楽 けんちん汁・黄桃・味ご飯 鬼饅頭	29日(木) 鳥南蛮 じゃこおろし 小松菜白和え 粕汁・キウイ バームクーヘン	29日(金) 鶏タッカルビ風 さつま芋サラダ ブロッコリー香味油かけ 味噌汁・パイン 田舎饅頭	30日(土) ハロウィンパーティー ミートローフ マカロニサラダ 法蓮草ゴマ和え 南瓜スープ・りんご パンプキンプリン