

10月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2日	3日	4日	5日	6日	7日
ヒレカツ 土佐煮 マカロニサラダ トマトさつまちゃん みかん缶 207kcal	さわらの西京焼き 野菜炒め 甘酢和え キャンディチーズ 115kcal	イカの天ぷら コンソメ煮 焼き肉 タコウイナー マンゴープリン 240kcal	牛肉入りコロッケ 春雨サラダ 麻婆豆腐 いちご杏仁豆腐 187kcal	海老カツ コールスローサラダ カレー 花かまぼこ パイン缶 154kcal	白身フライ 厚焼き玉子 筑前煮 オレンジ 152kcal
9日	10日	11日	12日	13日	14日
スポーツの日  151kcal	鶏肉の天ぷら ソース炒め 昆布の煮物 半月かまぼこ りんごダイス缶 151kcal	ハンバーグマトソース ポテトサラダ ツナ大根 ぶちもっちゃんいちご 217kcal	豚ロース生姜焼き 青しそサラダ おかか煮 赤かぶさつまちゃん いちご杏仁豆腐 131kcal	グラタン風コロッケ 煮浸し 金平ごぼう 種なしぶどう 150kcal	メンチカツ ごま味噌和え 南瓜のそぼろあんかけ キウイフルーツ 156kcal
16日	17日	18日	19日	20日	21日
チキンカツ スパゲティサラダ ツナじゃが煮 豚かまぼこ キャンディチーズ 224kcal	サバの味醂焼き 炒り豆腐 豚丼風 マンゴープリン 160kcal	鶏ごぼうカツ ソテー 梅しそ和え 人参さつまちゃん ぶどうゼリー 201kcal	豆腐ナゲット ピーナツ和え 酢豚 パイン缶 204kcal	ハムポテトサラダフライ フレンチサラダ 炒め物 半月かまぼこ りんごダイス缶 163kcal	アジの塩焼き さつまいもの甘煮 煮浸し フルーツMIX缶 104kcal
23日	24日	25日	26日	27日	28日
イカメンチカツ 切干大根サラダ 根菜金平 いちご杏仁豆腐 182kcal	ハムカツ ナポリタン 五目ひじき煮 花かまぼこ みかん缶 156kcal	炊き込みご飯 ホッケ塩焼き 明太子炒め そばろ煮 黄桃缶 144kcal	鶏の唐揚げ ポテトサラダ 切干大根煮 豚スライス りんごダイス缶 197kcal	プリの照り焼き 野菜サラダ 昆布の煮物 マンゴープリン 132kcal	イカカツ 南瓜サラダ いもっこ煮 グレープフルーツ 205kcal
30日	31日				
肉じゃがコロッケ 焼きそば 中華サラダ パイン缶 170kcal	南瓜コロッケ マカロニサラダ 煮しめ ハロウィンかまぼこ🍷 種なしぶどう 154kcal				

仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

* ライスの分100gで167kcalをプラスしてください。

株式会社 ハローランチサービス

☎(554)1612 FAX(553)7959