

夕食献立表

2025年

10月1日～10月31日

行事食

8日 秋の行楽の日

1日（水）

豚肉のピカタ

チャプチェ風

ポテトサラダ

白菜の味噌汁

御飯

2日（木）	3日（金）	4日（土）	5日（日）	6日（月）	7日（火）
魚の生姜煮	シチュー	オムレツ	豚南蛮そば	ハンバーグ	魚の竜田揚げ
ピーマンとじゃが芋のオイスター炒め	青菜の中華炒め	ちくわと昆布の煮物	かき揚げ	じゃこピーマン	冬瓜と油揚げの煮物
キャベツのゆかり酢	クラゲの酢の物	スパゲティサラダ	みょうがの酢の物	カリフラワーのカレー酢	ぬた和え
大根の味噌汁	フルーツ	コンソメスープ	つゆ	かき玉汁	ニラの味噌汁
御飯	ピース御飯	御飯	ワカメ御飯	御飯	御飯

8日（水）	9日（木）	10日（金）	11日（土）	12日（日）	13日（月）
散らし寿司	豚肉のゴマ味噌焼き	魚の南蛮	鮭フライ	魚のカレームニエル	牛肉の卵とじ
エビフライ	チリコンカン	青菜と厚揚げの炒め物	春雨の炒め物	ナスの生姜煮	イカとアスパラの炒め物
白和え	レタスサラダ	ナスときゅうりの塩昆布和え	ピーナッツ和え	もやしとハムのサラダ	辛子和え
お吸い物	すまし汁	もやしの味噌汁	さつま芋の味噌汁	すまし汁	すまし汁
淡雪	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

14日（火）	15日（水）	16日（木）	17日（金）	18日（土）	19日（日）
焼きそば	牛肉と厚揚げの甘辛煮	白身フライ	魚の西京焼き	豚の生姜焼き	魚の梅しそ焼き
がんも煮	市松煮	ひじき煮	かぼちゃ煮	小松菜とちくわの炒め煮	切干大根
ワカメと春雨の生姜酢	サウザンサラダ	チンゲン菜のゴマ酢和え	貝柱の酢の物	ゴボウサラダ	青菜の磯和え
しめじの味噌汁	かき玉汁	ナスの味噌汁	ワカメの味噌汁	すまし汁	すまし汁
混ぜ御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

20日（月）	21日（火）	22日（水）	23日（木）	24日（金）	25日（土）
ビーフシチュー	味噌カツ	魚の磯香揚げ	チキン南蛮	お好み焼き	肉団子の甘酢
ニラ玉	大豆の五目煮	青菜の卵炒め	ナポリ風スパゲッティ	白菜とツナの煮浸し	切干とひじきの煮物
キャベツの昆布和え	大根の和風おかかマヨサラダ	ポテトサラダ	オクラとなめ茸の和え物	かぼちゃとさつま芋のサラダ	レンコンのサラダ
フルーツ寒天	すまし汁	豆腐の味噌汁	キャベツの味噌汁	かき玉汁	オクラの味噌汁
御飯	御飯	御飯	御飯	ゆかり御飯	御飯

26日（日）	27日（月）	28日（火）	29日（水）	30日（木）	31日（金）
魚のあんかけ	ミートローフ	エビフライ	魚のおろし煮	回鍋肉	三色丼
ちくわと昆布の煮物	ジャーマンポテト	ナスの煮浸し	厚揚げのエノキ煮	大学芋	揚げ出し豆腐
カリフラワーの甘酢	茶そばサラダ	ブロッコリーの梅おかかあ和え	キャベツときゅうりのゴマ油漬け	イカの酢の物	ナスときゅうりのゆかり甘酢
豆腐の味噌汁	コンソメスープ	椎茸の味噌汁	すまし汁	中華スープ	麩の味噌汁
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	フルーツ寒天

商品の都合により、献立が変更することがあります。

夕食は午後7時までにお召し上がりください。

(有)ゴールデン・エイジ・サービス

TEL 255-2005