

## 7日間（一週間）メニュー表

食材の入荷状況により献立変更する場合がございます。  
予めご了承ください。



|                     | 朝食                             |                          | 昼食                            |               | 夕食                            |              |
|---------------------|--------------------------------|--------------------------|-------------------------------|---------------|-------------------------------|--------------|
| 令和 07年10月12日<br>日曜日 | 米飯150g<br>味噌汁<br>煮物<br>フルーツ    | 小鉢<br>牛乳<br>かつお節みそ       | 米飯150g<br>焼き魚<br>サラダ          | コンソメ煮<br>フルーツ | 米飯150g<br>ハンバーグ<br>酢の物        | 炒め煮<br>漬物    |
| 令和 07年10月13日<br>月曜日 | 米飯150g<br>味噌汁<br>コンソメ煮<br>フルーツ | 小鉢<br>牛乳<br>たらこふりかけ      | 米飯150g<br>豚肉のラタトゥイユソース<br>和え物 | 煮物<br>フルーツ    | 米飯150g<br>魚の煮付け<br>梅和え        | バター炒め<br>漬物  |
| 令和 07年10月14日<br>火曜日 | 米飯150g<br>味噌汁<br>煮浸し<br>フルーツ   | 小鉢<br>牛乳<br>のり佃煮         | 米飯150g<br>魚の照焼<br>味噌和え        | 炒り煮<br>フルーツ   | 米飯150g<br>オイスターソース炒め<br>サラダ   | ソテー<br>漬物    |
| 令和 07年10月15日<br>水曜日 | 米飯150g<br>味噌汁<br>中華炒め<br>フルーツ  | 小鉢<br>牛乳<br>たまごふりかけ      | 米飯150g<br>油淋鶏風<br>サラダ         | ごま炒め<br>フルーツ  | 米飯150g<br>魚の味噌マヨネーズ焼<br>マリネ   | 煮物<br>漬物     |
| 令和 07年10月16日<br>木曜日 | 米飯150g<br>味噌汁<br>五目煮豆<br>フルーツ  | 小鉢<br>牛乳<br>ねり梅          | 米飯150g<br>魚のカレー風味焼き<br>和え物    | シューマイ<br>フルーツ | 米飯150g<br>牛肉の旨煮<br>ドレッシング和え   | スープ煮<br>漬物   |
| 令和 07年10月17日<br>金曜日 | 米飯150g<br>味噌汁<br>炒め物<br>フルーツ   | 小鉢<br>牛乳<br>かつおふりかけ      | 米飯150g<br>鶏のパン粉焼<br>炊合せ       | サラダ<br>フルーツ   | 米飯150g<br>魚の甘酢あんかけ<br>ピーナッツ和え | 炒り煮<br>漬物    |
| 令和 07年10月18日<br>土曜日 | 米飯150g<br>味噌汁<br>煮浸し<br>フルーツ   | 小鉢（しょうゆP）<br>牛乳<br>味付けのり | 肉うどん<br>酢の物<br>煮物<br>フルーツ     |               | 米飯150g<br>魚の唐揚げ<br>サラダ        | ごまみそ田楽<br>漬物 |