



10 月 献立表

日付			1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)
昼食			ソースチキン カツ丼 みそ汁	春巻き ご飯 みそ汁	豚キムチ ご飯 みそ汁	
日付	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
昼食	お休み	豚しゃぶの ごまだれ ご飯 みそ汁	白身魚の 南蛮漬け ご飯 みそ汁	アジ フライ ご飯 みそ汁	鶏肉の みそバター焼き ご飯 みそ汁	
日付	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
昼食	お休み	和風 ハンバーグ ご飯 みそ汁	オムライス スープ	鮭のチーズ マスタード焼き ご飯 みそ汁	豚肉とたまごの 炒め物 ご飯 みそ汁	
日付	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
昼食	お休み	チキンハヤシ ライス スープ	鯖の塩焼き ご飯 みそ汁	牛肉とニンニク の芽の炒め物 ご飯 みそ汁	韓国風 ネギ塩チキン ご飯 みそ汁	
日付	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	
昼食	お休み	海鮮とニンニク の芽炒め ご飯 みそ汁	チキンフリッター マヨポンソース ご飯 みそ汁	白身魚の みそマヨ焼き ご飯 みそ汁	焼肉ピラフ スープ	

※ 食材仕入の都合により、メニュー変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願い申し上げます。

リベルタ ランチ

