



10月献立表

月	火	水
10月2日 ご飯 ふりかけ ゆかりスパ ミニ牛肉コロッケ ほうれん草のおかか和え ポイルウインナー 春雨とハムの酢物 279.1 Kcal	10月3日 ご飯 ふりかけ ポイルカリフラワーのカレー風味 ハンバーグのケチャップかけ 水晶昆布とさつま揚げの旨煮 しゅうまい みかん缶 337.4 Kcal	10月4日 ご飯 ふりかけ イタリアンスパ トンカツ チンゲン菜とコーンのオイスター炒め 南瓜天 金時豆 428.9 Kcal
10月9日 スポーツの日 279.1 Kcal	10月10日 ご飯 ふりかけ スパケチャ えびフライ ひじきと大豆の煮物 花さつま ポテトサラダ 374.2 Kcal	10月11日 ご飯 ふりかけ 春雨ソテー チキンカツ きんぴらごぼう タコさんウインナー キャベツの甘酢 377.7 Kcal
10月16日 ご飯 ふりかけ ポイルキャベツ 豆腐ハンバーグの照り焼き 小松菜と玉葱のソテー 焼き餃子 みかん缶 359.7 Kcal	10月17日 ご飯 ふりかけ 八宝菜 しゅうまい 根菜煮 ブロッコリーポイル スパサラ 345.0 Kcal	10月18日 ご飯 ふりかけ 和風スパ 白身フライ 切干大根煮 照り焼きミートボール 南瓜サラダ 403.5 Kcal
10月23日	10月24日 ご飯 ふりかけ ゆかりスパ エビカツ さつま揚げと野菜のソテー タコさんウインナー さつま芋サラダ 397.9 Kcal	10月25日 ご飯 ふりかけ 焼きピーマン グラタンコロッケ チンゲン菜とコーンのソテー 野菜春巻き マカロニサラダ 423.8 Kcal
10月30日 カレーライス スプーンの用意をお願いします 497.9 Kcal	10月31日 ご飯 ふりかけ キャベツとベーコンのスパ 鶏の竜田揚げ 切干大根煮 ちくわの照り煮 みかん缶 387.6 Kcal	

※都合によりメニューが一部変更することがあります。

TEL952-1156 FAX952-4666

潮オレンジフーズ