

令和7年10月

(前半)

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			ごはん 鮭の塩焼き 大根の煮物 春雨の酢の物 味噌汁 香の物	ごはん 鮭の塩焼き 大根の煮物 春雨の酢の物 味噌汁 香の物	秋野菜カレー コールスローサラダ もやしスープ らっきょう 乳酸菌飲料	秋野菜カレー コールスローサラダ もやしスープ らっきょう 乳酸菌飲料
5	6 祝膳	7	8	9	10	11
	うな丼 もずく酢 すまし汁 フルーツ	いわしの蒲焼丼 さつまいもの煮物 ピーマンのおかか和え 味噌汁	ごはん 鶏のつくね野菜あんかけ ポテトサラダ 味噌汁 みかん缶	ごはん 鶏のつくね野菜あんかけ ポテトサラダ すまし汁 みかん缶	ごはん 豚バラと大根の煮物 青菜の生姜和え さつま汁 香の物	ごはん 豚バラと大根の煮物 青菜の生姜和え さつま汁 香の物
12	13	14	15	16	17	18
	わかめごはん 鶏肉の照り焼き 長芋の煮物 味噌汁 香の物 フルーツ	わかめごはん 鶏肉の照り焼き 長芋の煮物 味噌汁 香の物 フルーツ	いわしの蒲焼丼 さつまいもの煮物 ピーマンのおかか和え 味噌汁	玉子とじうどん いなり寿司 ほうれん草とささみの梅和え 杏仁フルーツ	玉子とじうどん いなり寿司 ほうれん草とささみの梅和え 杏仁フルーツ	パン 秋鮭のパン粉焼き トマトマリネ ミルクスープ フルーツ

(後半)

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
19	20	21	22	23	24	25
	ごはん 和風きのこハンバーグ さつま芋サラダ 味噌汁 香の物	ごはん 和風きのこハンバーグ さつま芋サラダ 味噌汁 香の物	萩ごはん 里芋のみそ煮 もずくの酢の物 かき玉汁 乳酸菌飲料	萩ごはん 里芋のみそ煮 もずくの酢の物 かき玉汁 乳酸菌飲料	他人丼 きゅうりの塩昆布和え 味噌汁 フルーツ	他人丼 きゅうりの塩昆布和え 味噌汁 フルーツ
26	27	28	29	30	31	
	ごはん サンマの塩焼き そばろ肉じゃが 青菜の胡麻酢和え すまし汁 香の物	ごはん サンマの塩焼き そばろ肉じゃが 青菜の胡麻酢和え すまし汁 香の物	ごはん 豚肉のみそ焼き ひじきの煮物 なめこ汁 香の物	ごはん 鶏肉の唐揚げ 炒めなます かぼちゃスープ フルーツ	ごはん 鶏肉の唐揚げ 炒めなます かぼちゃスープ フルーツ	
		昔は『秋になれば秋刀魚』と言われるほど身近な魚でしたが、今では旬の贅沢になりつつあります。それでも、脂ののった秋刀魚の塩焼きは秋の風情を感じさせてくれる一皿ですね。 清々しい秋晴れの元、園庭でのパラダイス運動会もありますのでお楽しみに！				
※食材や献立が都合により変わる場合がございます。ご了承下さい。						