

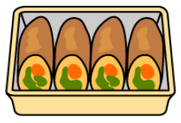
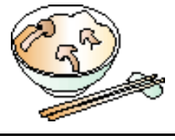
予定献立表

令和 8年 10月 1日 ～ 令和 8年 10月 31日

山形県の郷土料理「芋煮汁」

山形県の郷土料理「芋煮汁」は、里芋を使った鍋料理です。地域によって具材や味付けが異なります。28日に提供します。

秋の味覚献立で、26日は「松茸御飯」を提供します。
食欲の秋？運動の秋？読書の秋？みなさんは、どんな秋を楽しみますか？

			1(木) ごはん ぎせい豆腐 具沢山味噌汁 ながいもサラダ ふきの炒め煮 フルーツ 	2(金) ごはん 白身魚の甘酢あんかけ 豆乳汁 五色和え 青菜の煮浸し フルーツ 	3(土) 	4(日) 
5(月) ごはん てんぷら みそ汁 切干大根の酢の物 大豆煮 フルーツ 	6(火) 炊き込み御飯 鯖の照り焼き けんちん汁 キャベツの和風和え 焼きなす フルーツポンチ 	7(水) ごはん 八宝菜 餃子 トマトサラダ さつま芋の甘煮 杏仁豆腐 	8(木) ごはん 豚肉の味噌漬け焼き 根菜汁 野菜の甘酢和え ひじき煮 フルーツ 	9(金) ごはん ハンバーグ コーンスープ ゆで野菜のサラダ 南瓜のバター煮 フルーツ 	10(土) 	11(日) 
12(月) 	13(火) ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 レタスのスープ 小松菜のサラダ 大根煮 フルーツ 	14(水) チキンカレー 野菜の盛り合わせサラダ フルーツのヨーグルト和え 	15(木) ごはん 鮭のホイル焼き 田舎汁 スパゲッティサラダ じゃが芋のおかかソテー フルーツ 	16(金) ゆかりごはん はんぺんのあんかけ 味噌汁 白和え 小松菜と豚肉のソテー デザートムース 	17(土) 	18(日) 
19(月) ごはん 味噌かけおでん 玉子豆腐のすまし汁 もやしの酢の物 つけもの フルーツ 	20(火) 赤飯 フライの盛り合わせ すまし汁 白菜のごま酢和え 含め煮盛り合わせ フルーツ 	21(水) ごはん お好み焼き風玉子焼き 豚汁 小松菜のゴママヨ和え 切り干し大根の煮物 フルーツ 	22(木) ごはん かにクリームコロッケ さつま汁 青菜のポン酢和え 大根のくず煮 フルーツ 	23(金) ちらし寿司 とろろ昆布のすまし汁 炊き合わせ イチゴプリン 	24(土) 	25(日) 
26(月) 松茸御飯 鮭の塩焼き すまし汁 三色和え つけもの コンポート  	27(火) やきうどん 玉子スープ チンゲン菜のマスタードマヨ 海鮮シューマイ マンゴープリン 	28(水) ごはん 鶏肉のごまダレ 芋煮汁 青菜のポン酢和え ぜんまい煮 フルーツ ＜山形県の旅＞ 	29(木) ハヤシライス 千切り野菜のサラダ フルーツのヨーグルト和え 	30(金) ごはん 鶏の焼き豚風煮 豆腐湯（トウフウタン） 伴三絲 さつま芋の甘煮 フルーツ 	31(土) 	