

ミライプロジェクト新瑞橋

令和7年10月

献立表（前半）

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		ご飯 ネギ塩豚ロース焼き 高野豆腐の玉子とじ 味噌汁 486kcal	ご飯 アジの南蛮漬け 牛肉ごぼう 味噌汁 546kcal	ご飯 サバの照り焼き あさりとキャベツの生姜和え 味噌汁 448kcal	ご飯 ブリの生姜煮 木の実和え 味噌汁 543kcal
		焼きそば	豚角煮チャーハン	照り焼きチキン丼	ぶっかけそうめん(冷)
6	7	8	9	10	11
ご飯 タラの塩麴焼き 鶏肉のすき煮 味噌汁 420kcal	ご飯 お魚色々 惣菜 味噌汁 430kcal	ご飯 赤魚の西京焼き 白菜の煮浸し 味噌汁 421kcal	ご飯 三元豚ロースの生姜焼き 青菜の煮浸し お吸い物 441kcal	ご飯 サワラの野菜入り煮付け かぼちゃの煮物 味噌汁 421kcal	ご飯 ささみフライ ブロッコリーのお浸し 味噌汁 524kcal
豚しょうが焼き丼	湯葉あんかけうどん(温)	鶏そば(温)	焼きうどん	角煮チャーハン	ナポリタンスパゲティ
13	14	15	16	17	18
ご飯 ミニチキン南蛮 花野菜の洋風煮 味噌汁 512kcal	ご飯 アジの西京焼き えび団子と大根の煮物 味噌汁 419kcal	ご飯 鶏の照り焼き ごぼうサラダ 味噌汁 545kcal	ご飯 カレイと茄子のおろし煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 481kcal	ご飯 ミートローフ かぼちゃのクリーム仕立て オニオンコンソメスープ 491kcal	ご飯 黒ムツの煮付け れんこんマリネ 味噌汁 514kcal
トマトツナ和風スパゲティ	カレーライス	麻婆豆腐丼	牛すき焼き風丼	きつねうどん(温)	五目チャーハン

ミライプロジェクト新瑞橋 令和7年10月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
20	21	22	23	24	25
ご飯 鶏肉と根菜の黒酢あんかけ 焼きビーフン 中華スープ 535kcal	ご飯 彩り野菜のよせ揚げ キャベツの酢の物 味噌汁 464kcal	ご飯 麻婆ナス 春巻き/焼売 中華スープ 552kcal	ご飯 ネギ塩豚ロース焼き 切干大根の煮付け 味噌汁 481kcal	ご飯 牛肉入りコロツケ 花野菜の洋風煮 味噌汁 540kcal	ご飯 チキンピカタ 緑野菜のペペロンチーノ 味噌汁 496kcal
きのこあんかけそば(温)	すき焼き風うどん(温)	塩豚ロース丼	ナポリタンスパゲティ	オクラおろしそば(冷)	牛ごぼう丼
27	28	29	30	31	
ご飯 鶏肉のデミソース れんこんマリネ 味噌汁 421kcal	ご飯 おろしボン酢ハンバーグ 白菜のお浸し 味噌汁 582kcal	ご飯 サバの味噌煮 きんぴらごぼう お吸い物 510kcal	ご飯 スケソウダラの揚げ煮 大豆と昆布のうま煮 味噌汁 480kcal	ご飯 イワシの梅煮 筑前煮 味噌汁 431kcal	
アジフライ南蛮丼	五目チャーハン	ミートスパゲティ	月見そば(温)	親子丼	

＊選択メニューには副菜等も含まれます。
 ＊メニューは変更となる場合があります。

