

氏名

プログラムやその他予定に関するご意見、ご質問等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

こころリビング 2026年10月 食事会献立表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				焼き大根豚バラの煮物 わかめスープ	照り焼きチキン キャベツサラダ	天津飯 マカロニサラダ
4	5	6	7	8	9	10
オム焼きそば	豚キャベツの炒め物 味噌汁	厚揚げの大葉チーズサンド コンソメスープ	キノコの炊き込みご飯 団子汁	豚の生姜焼き 味噌汁	ビビンバ 胡瓜の酢の物	肉うどん 小松菜のお浸し
11	12	13	14	15	16	17
	ネギたれ豚丼 味噌汁	茄子と豚小間の唐揚げ 味噌汁	ごまだれの豚しゃぶ じゃが芋の味噌汁	ミートスパゲッティ ロールパン	豚シソ餃子 味噌汁	スタミナそばろ丼 わかめスープ
18	19	20	21	22	23	24
お手軽ドリア きのこ玉ねぎのスープ	豚小間と茄子の トマト煮込み わかめスープ	広島中央図書館に行こう	コロッケサンド トマト卵のスープ	カレーの日	カルボナーラ ブロッコリーとパプリカの サラダ	チャーハン ピーマンと竹輪の炒め物
25	26	27	28	29	30	31
きつねうどん おにぎり	豚肉ともやしの炒め物 中華スープ	照り焼き丼 味噌汁	ほうれん草としめじの 胡麻和え 豚汁	豆腐入りハンバーグ わかめスープ	野菜と鶏肉の さっぱりおろし 味噌汁	ベーコン・ポテトグラタン コンソメスープ