

2025年10月



* 祝日も配食致します。

NPO法人 長寿社会を考える会
さくらんぼ食事サービス
電話：661-3861

日	曜日	献立			
1	水	焼魚	酢の物	ピーナッツ和え	肉じゃが
2	木	ササミフライ	ポテトサラダ	辛子和え	車ふと野菜の煮物
3	金	煮魚	春雨サラダ	カボチャの煮物	野菜炒め
4	土				
5	日				
6	月	粕漬け	インゲンの辛子マヨネーズ	ひじきの煮物	カニ玉
7	火	しょうが焼き	ごま和え	グリーンサラダ	厚揚げの煮物
8	水	鶏のネギソース	三色和え	ナポリタン	高野豆腐の煮物
9	木	ミートローフ	豆サラダ	おかか和え	けんちん煮
10	金	煮魚	おひたし	大学いも	大根のそぼろあん
11	土				
12	日				
13	月	塩鮭	酢の物	だし巻き玉子	天ぷら（赤飯）
					スポーツの日
14	火	唐揚げ	おひたし	トマトサラダ	さつま揚げと里いもの煮物
15	水	鯖の味噌煮	ピーナッツ和え	炒り玉子	肉だんごの煮物
16	木	松風焼き	ナムル	切り昆布の煮物	磯辺揚げ
17	金	ムニエル	ごま和え	さつまいもの甘煮	中華炒め
18	土				
19	日				
20	月	焼魚	辛子和え	春雨サラダ	マーボー豆腐
21	火	チキンの塩麴焼き	さつまいもサラダ	おひたし	カレー風味のポトフ
22	水	煮魚	白和え	酢の物	八宝菜
23	木	西京漬け	おかか和え	焼きビーフン	カブとがんもの煮物
24	金	豚肉のマスタード焼き	トマトサラダ	ひじきの煮物	クリーム煮
25	土				
26	日				
27	月	チキンの味噌漬け	なめ茸和え	マカロニサラダ	おでん
28	火	塩鯖	ごま和え	大根サラダ	揚げ出し豆腐
29	水	ホイル焼き	おひたし	五目豆	カボチャのそぼろあん
30	木	豆腐ハンバーグ	ブロッコリーサラダ	ナムル	田楽
31	金	冷しゃぶ	豆サラダ	炒り玉子	さつま揚げと野菜の煮物

【レンジ使用の際の温め方(500W 1分)】

- ・別の器に移して、ラップする。
または、
- ・フタを取り、ラップする。

注：◎加熱しすぎますと容器・フタが変形します。
◎アルミカップは取り出してから温めて下さい。

お手数ですが、よろしくお願いいたします。

◆1食 800円

◆注文、キャンセルは 当日 11:00までをお願いいたします。

◆材料などの都合で献立が一部変わることがあります。

◆容器は水洗いしてお返し下さい。

◆交通事情で配達が遅れる事がございます。

◆お弁当はお早めにお召し上がり下さい。