

宮城県松島自然の家 献立予定表

当施設では、セルフ方式での提供をしております。
なお、少人数でのご利用や感染症が拡大した場合には、定食形式に変更させて頂くこともございます。
何卒ご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



令和8年 10月

日付	朝食			昼食			夕食		
1 6 10 15 20 24 29 日 A	朝食	ごはん	納豆	ふりかけ	昼食	ごはん	夕食	菜めし	
6		乳酸菌飲料		中華飯の具		ごはん			
10		厚焼き卵		春巻き		白身魚フライ			
15		ハムソースステーキ		スタミナカツ（餃子風）		若鶏の西京焼き			
20		スパゲティサラダ		カニ風味サラダ		フライドポテト（スマイル）			
24	朝食				昼食		夕食	塩焼きそば	
29		漬物（刻みきゅうり漬け）		生野菜		卵サラダ			
日		生野菜		豆乳杏仁フルーツ（豆乳杏仁・みかん）		生野菜			
		まめふのみそ汁		ミニみそラーメン		ヨーグルト			
A								わかめのみそ汁	
2 7 11 16 21 25 30 日 B	朝食	ごはん	納豆	ふりかけ	昼食	わかめごはん	夕食	ごはん	
7		チーズ		ごはん		二色丼の具			
11		豆腐しゅうまい		若鶏の塩麴照焼		照り焼き豆腐ハンバーグ			
16		肉団子トマトソース		チーズはんぺんフライ		エビマヨ			
21		揚げ出し豆腐		チャプチェ		ジャーマンポテト			
25	朝食				昼食		夕食	ミニ冷やしうどん	
30		漬物（しば漬け）		生野菜		かぼちゃサラダ			
日		生野菜		カレーライス （パイ・ミックス・リンゴ・トマト・ブドウ・カラシ）		生野菜			
		じゃが芋のみそ汁		うーめん汁		野菜ジュース			
B								海藻スープ	
3 8 12 17 22 27 31 日 C	朝食	ごはん	納豆	ふりかけ	昼食	ごはん	夕食	わかめごはん	
8		乳酸菌飲料		豚丼の具		ごはん			
12		ウインナー		チーズえびカツ		とんかつ			
17		オムレツ		あらびきチキン		にらまんじゅう			
22		里芋のそぼろあんかけ		大学芋		フライドポテト（ミニオン）			
27	朝食				昼食		夕食	ソース焼きそば	
31		漬物（つぼ漬け）		生野菜		ごぼうサラダ			
日		生野菜		ナタデココフルーツ（ナタデココ・パイ・りんご）		生野菜			
		なめこのみそ汁		春雨スープ		豆乳プリン			
C								油麴のみそ汁	
4 9 14 18 23 28 日 D	朝食	ごはん	納豆	ふりかけ	昼食	ごはん	夕食	ゆかりごはん	
9		チーズ		ハヤシライス		ごはん			
14		肉しゅうまい		鶏野菜肉巻き		チーズインハンバーグ			
18		ミニさつま揚げ		ナポリタンフライ		アジフライ			
23		春雨さっぱりサラダ		ポテトサラダ		たこ焼き			
28	朝食				昼食		夕食	ビーフンソテー	
日		漬物（しば漬け）		生野菜		マカロニサラダ			
		生野菜		フルーツポンチ（パイ・リンゴ・ゼリー）		生野菜			
		えのきのみそ汁		コーンポタージュ		野菜ジュース			
D								きのこスープ	

※毎食時に、水やお茶等の飲み物をご用意しております。食事時間のみご利用ください。
※都合により献立の一部が変更になることがあります。ご了承下さい。
※毎食時に、マヨネーズ・ケチャップ・ソース・しょうゆ・ドレッシングが2～3種類出ます。