

ホ～ム DE ランチ



6日(月)

さつまいもご飯
味噌汁(豆腐・みつば)
和風スコッチエッグ
小松菜の胡桃和え
おまんじゅう

十五夜



10日(金)

ごはん
吸物(麩・貝割れ)
マスの味噌バター焼き
白菜の旨煮
かぶと胡瓜の浅つけ
みかん缶

24日(金)

赤飯
すまし汁
天ぷら盛り合わせ
茶わん蒸し
紅葉和え
栗の水ようかん



31日(金)

カラフルピラフ
南瓜のポタージュスープ
サーモンバジルソテー
キャベツとりんごの
マリネサラダ
南瓜のクリームチーズケーキ



都合により献立が変更になる場合がございます。

	6日	10日	24日	31日
エネルギー (kcal)	753	509	674	775
タンパク質 (g)	13.1	26.5	23.6	29.4
食塩 (g)	3.6	3.9	3.8	3.2

 // 変更する際はご連絡をお願いいたします  

前日16時までのご連絡であれば、キャンセル料は発生いたしません。それ以降は恐縮ですが、次回ご参加時にお支払いをお願いしております。

連絡先



担当: 大森老人ホーム 栄養 三瓶(さんぺい)

栄養直通 3 7 6 2 - 8 7 9 0

ホーム代表 3 7 6 2 - 8 8 5 1



10 月 カレンダー

2025年 (令和7年)

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3 休	4
5	6 ランチ 	7	8	9	10 ランチ 	11
12	13	14	15	16	17 休	18
19	20	21	22	23	24 ランチ 	25
26	27	28	29	30	31 ランチ 	1

2

3



華道

10月
18日(土)



百歳体操

10月
6日(月)
20日(月)
27日(月)



カラオケ

10月
12日(日)
10時