

献立予定表(11 月度)

H22年度

	日 (日)	1日 (月)	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木)	5日 (金)	6日 (土)
朝		カステラパン ハム 卵スープ 牛乳	ごはん 肉団子 味噌汁 牛乳 漬けもの	コーンフレーク スコッチエッグ コンソメスープ 野菜ジュース	ごはん 納豆 プリンエッグ 味噌汁 牛乳	ごはん 鶏肉のごま照り焼き 味噌汁 牛乳	黒糖パン オムレツ 中華スープ 牛乳
昼		ごはん 肉団子と野菜のスープ 盛り合わせ	ごはん からあげ れんこんきんぴら ポテトサラダ スープ	エッグカレー サラダバイキング 黒糖蒸しパン 牛乳	ごはん 鮭のチーズ焼き 土佐煮 なます ぜんざい	ごはん 天麩羅盛り合わせ 茶碗蒸し ふりかけ	鮭菜飯 坦々麺 盛り合わせ りんごジュース
タ		ごはん 魚のパン粉揚げ エビマヨ けんちん汁	ごはん 焼そば 盛り合わせ	ごはん 豚焼肉風 フライ 炒り豆腐	ごはん いもたき 盛り合わせ	ごはん 鶏肉ソテー ビーフソテー 漬けもの 大学芋	ごはん 豚肉のネギ焼 舞茸のチゲ焼 中華サラダ
	7日 (日)	8日 (月)	9日 (火)	10日 (水)	11日 (木)	12日 (金)	13日 (土)
朝	ごはん 牛照バーグ 味噌汁 牛乳	チョコチップパン ウィンナー コンソメスープ 牛乳	ごはん 野菜天ぷら 味噌汁 牛乳	ホットケーキ ツナ スパサラ コーンスープ 牛乳	ごはん 納豆 プリンエッグ 味噌汁 牛乳 漬けもの	ごはん チリソース肉団子 味噌汁 牛乳 漬けもの	食パン ポテトサラダ 中華スープ 牛乳
昼	他人井 清まし汁	ごはん 魚の竜田揚げ 胡麻和え 煮物 キムチスープ	ごはん おでん コロッケ ふりかけ	ボークカレー サラダバイキング プリン 牛乳	ごはん 豚肉と卵の炒め 揚げだし豆腐 和えもの	ごはん 鶏肉ソテー 和えもの 盛り合わせ	ゆかりごはん かまたまうどん 盛り合わせ
タ	ごはん 鶏肉のピカタ 煮物 ツナサラダ	ごはん ハンバーグプレート デザート	ごはん 豚しゃぶ 湯豆腐 けんちん汁	ごはん 水餃子 盛り合わせ	六穀米 魚の天ぷら 酢物 ゆかり茹で豚	ごはん ビザ フライドポテト サラダ フルーツ	ごはん ホイコーロー フライドポテト 雷こんにゃく
	14日 (日)	15日 (月)	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)	20日 (土)
朝	ごはん 八幡巻 味噌汁 牛乳	チョコねじりパン ハム コンソメスープ 牛乳	ごはん 鯖の塩焼き 味噌汁 牛乳	食パン ハム マカロニスープ 牛乳	ごはん 納豆 プリンエッグ 味噌汁 牛乳	ごはん つくね 味噌汁 牛乳 韓国のに	食パン ゆで卵 ハム ウィンナースープ 牛乳
昼	ビビンバ井 中華スープ	チャーハン 餃子 ニラ玉スープ	麦飯・とろろ 焼き魚 煮物 挽肉ともやしの卵炒め	ハヤシライス サラダバイキング フルーツポンチ 牛乳	ごはん グラタン 煮物 サラダ スープ	ごはん 鶏天 ワナンスープ フルーツ	炊き込みごはん 肉そば カレーまん
タ	ごはん すきやき風煮 盛り合わせ	ごはん クリームシチュー ベーコンサラダ	ごはん 鶏肉ソテー ふろふき大根 ピーナツ和え	ごはん 煮魚 豚ニラ炒め 和えもの	ごはん ボークステーキ 軸付カットコーン 海藻サラダ	ごはん 魚のわさびソース 金平ごぼう サラダ	ごはん 豚焼肉風 ツナじゃが 春雨酢物
	21日 (日)	22日 (月)	23日 (火)	24日 (水)	25日 (木)	26日 (金)	27日 (土)
朝	ごはん 肉団子 味噌汁 牛乳	ミルクフランス ポテトサラダ 春雨スープ 牛乳	ごはん 納豆 プリンエッグ 味噌汁 牛乳	食パン コーンフレーク オムレツ コンソメスープ 牛乳	ごはん 鮭の塩焼き 豚汁 牛乳	ごはん じゃこ天 雑煮風スープ 牛乳	ハンバーグパン バナナ ヨーグルト 中華スープ 牛乳
昼	親子丼 清まし汁	ごはん 酢豚 卵スープ サラダバイキング	ごはん さんまの塩焼き ビーフソテー ゆば入り豆腐	チキンカレー サラダバイキング ワッフル 牛乳	ごはん 牛ステーキ フライドポテト カルボナーラ コンソメスープ	ごはん 豚カツ 中華炒め 煮物	梅チリごはん とんこつラーメン 盛り合わせ
タ	ごはん チンジャオロース さつまいもの甘煮 中華サラダ	ごはん 肉じゃが カレー風味から揚げ	ごはん 豚肉生姜焼き風 盛り合わせ	ごはん まーぼー豆腐 しゅうまい	ごはん お好み焼き 春巻き	ごはん 塩鍋 ハムサンドフライ	ごはん 魚の照り焼き ペペロンチーノ サラダ
	28日 (日)	29日 (月)	30日 (火)	日 (水)	日 (木)	日 (金)	日 (土)
朝	お茶漬け 牛照バーグ 牛乳	ごはん オムレツ ミネストローネ 牛乳	ごはん つくね さつまいも汁 牛乳				
昼	豚味噌丼 清まし汁	ごはん 鶏手羽の甘辛煮 卵とじ 和えもの	ごはん メンチカツ サラダ 野菜ソテー				
タ	ごはん ビーフシチュー チキンのオープン焼き	ごはん キムチ入りチゲ鍋風 ポテトカップグラタン	ごはん 鶏肉ソテー 煮物 オニオンボン酢				
	日 (日)	日 (月)	日 (火)	日 (水)	日 (木)	日 (金)	日 (土)
朝							
昼							
タ							