

献立予定表 (11月度)

		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)		
朝		ごはん	ロールパン	わかめごはん	ごはん	チョコフレーク		
		味付マグロフレーク	フルーツポンチ	じゃこ天	納豆・温泉卵	スライス火腿		
		さつまいも汁	卵スープ	味噌汁	味噌汁	野菜スープ		
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳・のり佃煮	ミニ野菜ジュース		
昼		ごはん	ポークカレー	ごはん	ごはん	ゆかりごはん		
		鶏肉さっぱり大根	サラダバイキング	サバの塩焼き	天ぷら盛り合わせ	担担麺		
		なすびの揚げ浸し	デザート	もやしの和え物	サラダ	一口白身フライ		
		和え物・ぜんざい	牛乳	鶏軟骨揚げ・清まし汁	茶わん蒸し・ふりかけ			
夕		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん		
		テンジャオロース	スープ餃子	ポークソテー	クリームシチュー	八宝菜		
		土佐煮	若鶏レモンバジル風味	マヨネーズブロッコリー	コロケ	春巻き		
		卵豆腐	サラダ	明太子スパ	サラダ			
		6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
朝	お茶漬け	クリームねじりパン	ごはん	焼そばパン	ごはん	ごはん	ごはん	食パン
	ゆで卵	ごぼうサラダ	ミニバーグ	ポテトサラダ	納豆・プリンエッグ	ツナマヨ	フルーツ盛り合わせ	
	牛乳	ポトフ	味噌汁	白菜スープ	清まし汁	味噌汁	コーンスープ	
	つけもの	牛乳	牛乳・味付けのり	牛乳	牛乳・味付けのり	牛乳・ふりかけ	牛乳	
昼	親子丼	ごはん	炊き込みご飯	ハヤシライス	ごはん	ごはん	梅ちりごはん	
	清まし汁	マカロニグラタン	ハマチの煮つけ	サラダバイキング	海鮮ホイル焼き	ミネストローネ	きつねうどん	
	デザート	野菜マリネ	かに酢・にらまんじゅう	デザート	中華肉団子	チキンのオープン焼き	かきあげ	
		オニオンリング・ふりかけ	けんちん汁	牛乳	和え物・ふりかけ	フルーツ	ミニジュース	
夕	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	焼き魚	鶏肉のはちみつ焼	豚キムチ炒め	牛カツ	麻婆豆腐	豚肉のねぎ焼	鶏肉のピカタ	
	キャベツとささみの和え物	揚げ出し豆腐	柳川煮	ツナじゃが・わらびもち	野菜焼売	磯部和え	エビチリ	
	がんもの煮つけ	三色和え・スープ	レンコンはさみ揚げ	味噌汁		五目煮	サラダ	
		13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
朝	ごはん	クロワッサン	ごはん	ジャムパン	ごはん	ごはん	ごはん	食パン
	八幡巻	スパゲティーサラダ	ミートボール	ジャーマンポテト	牛肉コロケ	納豆・温泉卵	オムレツ	
	にゅうめん	コンソメスープ	韓国風スープ	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	パンキンクスープ	
	牛乳・味付けのり	牛乳	牛乳	牛乳・ヨーグルト	牛乳・ふりかけ	牛乳・のり佃煮	牛乳	
昼	三色丼	五穀米・清まし汁	チャーハン	チキンカレー	ごはん	ごはん	ゆかりごはん	
	味噌汁	サケのチーズ焼き	ぎょうざ	サラダバイキング	豚しゃぶ	魚のフライタルタルソース	とんこつラーメン	
	かぼちゃプリン	肉じゃが	フルーツ	デザート	冷奴	ナポリタン	たこやき	
		胡麻和え	卵スープ	牛乳	和風汁	サラダ	サラダ	
夕	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	豚肉と卵の炒めもの	やきそば	焼肉炒め	赤魚の天ぷら	いもたき	鶏肉の照り焼き	肉団子と野菜のスープ	
	切り干し大根煮	イカ天	海藻サラダ	樺樺鶏	塩サバ	ビーフソテー	メンチカツ	
	豆腐ハンバーグ	サラダ・ふりかけ	かぼちゃの煮物	かにたま・つけもの	フルーツ	サツマイモの甘露煮・赤だし		
		20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
朝	ごはん	むしパン	ごはん	黒糖食パン	ごはん	ごはん	ごはん	ホットケーキ
	目玉焼き	ベーコン・サラダ	厚焼き玉子	ロース火腿	サケの塩焼き	納豆・温泉卵	マカロニサラダ	
	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	チーズ	豚汁	味噌汁	中華スープ	
	牛乳・味付けのり	牛乳	牛乳・つけもの	コーンスープ・牛乳	牛乳・味付けのり	牛乳・佃煮	牛乳	
昼	三色丼	ごはん	ごはん	チーズカレー	オムライス	ごはん	雑魚ごはん	
	清まし汁	チキンフライ	焼き魚	サラダバイキング	エビフライ	ハンバーグ	肉うどん	
	つけもの	オニオンポン酢	筑前煮	デザート	豆スープ	ウインナー・温野菜	磯部揚げ	
		かぶのそぼろ煮・デザート	大学いも・沢煮椀	牛乳	サラダ	ペペロンチーノ デザート		
夕	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	カレイのカレー焼	ビーフシチュー	回鍋肉	すき焼き風	ビーフステーキ	魚の煮つけ	タンダリーチキン	
	里芋の煮物	カルボナーラサラダ	なすびの揚げ浸し	肉焼売	フライドポテト	ミニから揚げ	響雨酢もの	
	ピーナツ和え・ふりかけ	バナナ	和え物	韓国のに	サラダ・ボンジュース	きんぴらごぼう	大根の煮物	
		27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)			
朝	サケ菜飯	チョコねじりパン	ごはん	食パン				
	つくねの煮物	チキンナゲット	ゆで卵	フルーツ盛り合わせ				
	味噌汁	卵スープ	味噌汁	野菜スープ				
	牛乳	牛乳	牛乳・つけもの	牛乳				
昼	カツドン	ごはん	ごはん	エッグカレー				
	わかめスープ	魚の竜田揚げ	ユーリンキ	サラダバイキング				
	つけもの	かぼちゃの煮物	イカもやし炒め	デザート				
		辛し和え・ふりかけ	高野豆腐の煮物	牛乳				
夕	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん				
	牛肉オイスター炒め	おでん風	キムチ入りチゲ鍋風	ハマチの照り焼き				
	豆腐のそぼろあん包み	エビカツ・サラダ	シヤモのから揚げ	プチオムライス				
	えびときゅうりのマリネ		フルーツ	もやしのじゃこ煮				