

週間予定献立表 (11月)

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝	ご飯 味噌汁 南瓜ベイクドエッグ クリームペンネ 三色ピクルス 牛乳	ご飯 味噌汁 塩豚肉じゃが 白菜と木耳香味炒め なめたけおろし 牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐海老あんかけ 竹輪とピーマン金平 刻み野沢菜大根 牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉と焼き豆腐煮物 チョレギサラダ ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 ツナ入りオムレツ 白菜コールスロー セロリミックス 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉と油揚げ煮物 わらびお浸し 長いもめかぶ和え 牛乳	ご飯 味噌汁 鯛甘露煮 みかん入りなます うぐいす豆 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 豚玉煮 和風コールスロー 香の物 果物	鮭いくら丼 味噌汁 切り干し大根の煮つけ 即席漬け 果物	ご飯 なめこの中華風スープ チンジャオロースウ 三色冷ややっこ 香の物 果物	ご飯 中華風コーンスープ 白身魚の茸ソースかけ 春雨炒め 香の物 果物	ご飯 味噌汁 煮込みカツ 煮浸し 香の物 果物	焼うどん わかめスープ 三色ナムル 果物	菓子パン ポタージュ ポトフ リンゴのサラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 焼魚(鮫) もやしのカレー炒め 香の物	ご飯 味噌汁 回鍋肉 シュウマイ 香の物	ご飯 味噌汁 鰻の焼き漬け 煮浸し 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉と牛蒡の煮物 もやしのナムル 香の物	ご飯 味噌汁 鯖の味噌煮 蓮根と糸コンの金平 香の物	ご飯 味噌汁 大根と豚肉の粕煮 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 赤魚の南部焼 キャベツのソテー 香の物

週間予定献立表 (11月)

	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)
朝	ご飯 味噌汁 鶏肉と切り昆布旨煮 おみ漬け白和え だし入りとろろ 牛乳	ご飯 味噌汁 お魚ソーセージ炒めもの からし菜お浸し たたきごぼう 牛乳	ご飯 味噌汁 彩スクランブル 大根とルッコラのサラダ ブロッコリー玉葱のソテー 牛乳	ご飯 味噌汁 はんぺん煮物 茄子の山椒煮 ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 ミートインオムレツ ポテトサラダ 三色ピクルス 牛乳	ご飯 味噌汁 海老つみれの炊き合わせ 生姜と大豆のそぼろ煮 なめたけおろし 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏の西京焼き ふきと油揚げの煮物 胡瓜めかぶ 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 白身魚のムニエル 茄子とひき肉の炒め物 香の物 果物	ご飯 うすくず汁 牛ひき肉の柳川風 揚げ茄子の胡麻和え 香の物 果物	ご飯 味噌汁 魚のピリ辛フル 和風チリコンカン 香の物 果物	ドライカレー わかめスープ コールスロー ヨーグルト和え	ご飯 塩豚汁 焼き魚(甘塩鮭) 南瓜の炊き合わせ 香の物 果物	ナポリタン 玉子のスープ ひじきとツナマヨサラダ 果物	菓子パン ボタージュ 鱈のマヨネーズ焼き ラタトゥイユ 果物
夕	ご飯 味噌汁 牛肉のオイスター炒め 青菜の胡麻和え 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜煮 金平大豆 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 秋刀魚の塩焼き 五目チャンプルー 香の物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 鱈の西京焼き 薩摩芋の甘酢炒め 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉のクリーム煮 南瓜甘煮 香の物