

週間予定献立表(11月)

	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
朝	ご飯 味噌汁 白鮭の味醂焼き 竹輪とピーマンの金 ういす豆 牛乳	ご飯 味噌汁 ウインナーと芋炒め 白菜コールスロー カリフラワーおかか和 牛乳	ご飯 味噌汁 三角信田煮 みかん入りなます 長いもめかぶ和え 牛乳	ご飯 味噌汁 筑前煮 若布の中華サラダ ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 プレーンオムレツ クリームペンネ いんげんと人参ソテ 牛乳	ご飯 味噌汁 肉団子と春雨煮 わらびのお浸し だし入りとろろ 牛乳	ご飯 味噌汁 豆腐と玉子チャンプ 白菜と木耳香味炒め 刻み野沢菜大根 牛乳
昼	三色丼 味噌汁 マカロニサラダ 煮豆 果物	ご飯 味噌汁 鱈のカレー風味焼き 豆腐の山路あん 香の物 果物	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 切干大根の煮つけ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き 治部煮 香の物 果物	ご飯 わかめスープ 八宝菜 ナムル 香の物 果物	麻婆焼きそば コーンスープ 煮浸し 果物	菓子パン ミネストローネスープ ハムエッグ チキンサラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 照り焼き(赤魚) 煮浸し 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉じゃが もずく酢 香の物	ご飯 味噌汁 ぶりのおろしポン酢 ニラ玉 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉のオイスター炒 二色浸し 香の物	ご飯 味噌汁 しぐれ煮 春雨炒め 香の物	ご飯 味噌汁 鶏の味噌煮 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鮭) 牛肉金平 香の物

週間予定献立表(11~12月)

	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	12/1日(日)
朝	ご飯 味噌汁 蕪とベーコンの煮物 ポテトサラダ セロリミックス 牛乳	ご飯 味噌汁 メヌケの土佐煮 チョレギサラダ もやし梅和え 牛乳	ご飯 味噌汁 三角厚揚げの和風煮 茄子の山椒煮 胡瓜めかぶ 牛乳	ご飯 味噌汁 豚バラ大根 おみ漬け白和え ひきわり納豆 牛乳	ご飯 味噌汁 ベーコンキャベツ玉子炒 ラタトゥイユ ブロccoli玉葱ソテー 牛乳	ご飯 味噌汁 厚揚げ豆腐の和風麻婆 若布と蟹かま中華サラダ カリフラワーおかか和え 牛乳	ご飯 味噌汁 ツナ入りオムレツ 白菜コールスロー 三色ピクルス 牛乳
昼	ご飯 なめこ豚汁 焼き魚(甘塩鮭) 蕪の吉野煮 香の物 果物	カレーライス わかめスープ 和風コールスロー 果物	ご飯 味噌汁 白身魚のソテー ポテトサラダ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き ポークビーンズ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 カジキマグロの茸ソース 大豆とひじきの煮物 香の物 果物	焼うどん コンソメスープ 野菜のツナサラダ 果物	菓子パン 野菜スープ 魚のカレー野菜あんかけ リヨネーズポテト 果物
夕	ご飯 味噌汁 鶏肉と茄子の玉子とし 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜煮 野菜炒め 香の物	ご飯 味噌汁 回鍋肉 シューマイ 香の物	ご飯 味噌汁 鱈の塩焼き 大豆の炒め物 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉生姜焼き 和風サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 鱈の味醂焼き けんちん煮 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み 酢の物 香の物