

令和5年 11月 献立予定表

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4(土)	5(日)
		ご飯 オイスター唐揚げ 春雨サラダ ツナ大根煮 みそ汁 726kcal フルーチェ	ご飯 魚のカレー風味揚げ かぼちゃと絹さやのそぼろ煮 小松菜の麺つゆナムル みそ汁 567kcal みかん缶	文化の日		
6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)
さつまいもご飯 魚のホイル包み焼き ポパイサラダ 酢の物 みそ汁 593kcal ゼリー	パン きのこと根菜のクリームシチュー カリプロサラダ 白身魚フライ 765kcal プリン	豚もやし味噌ラーメン おかか和え しゅうまい 672kcal キャロットおにぎり	ご飯 五目うま煮 和風サラダ じゃが芋とピーマンソテー みそ汁 666kcal フライドポテト	ご飯 ヤンニョムチキン 海藻サラダ にらチヂミ みそ汁 791kcal ベジタべる		
13(月)	14(火)	15(水)七五三メニュー	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)
ビビンバ丼 中華風もやしサラダ 昆布豆 わかめスープ 780kcal ホットケーキ	ご飯 蒸し鶏のネギソース マカロニサラダ 玉ねぎとウインナーのソテー みそ汁 796kcal お菓子	ちらし寿司 焼魚 野菜のスパサラダ 浅漬け すまし汁 636kcal かつぱえびせん	天ぷらうどん チンゲン菜のからしじょうゆ おろしポン酢の豆腐ステーキ 551kcal ぼたぼた焼き	パン(いちごジャム) 和風ポトフ ツナサラダ コロッケ 746kcal バナナ		
20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	26(日)
ご飯 メンチカツ キャベツのフレンチサラダ ブロッコリーの粒マスタード炒め みそ汁 661kcal クッキー	ごぼう入りドライカレー コーンサラダ ヨーグルト フルーツ缶 スープ 780kcal サラダせんべい	チャイニーズチキンサンド コールスローサラダ フルーツ缶 スープ 857kcal ヨーグルト	勤労感謝の日	ご飯 煮魚 かぼちゃサラダ ふりかけ みそ汁 629kcal お菓子		
27(月)	28(火)	29(水)	30(木)			
ご飯 ポークチャップ&目玉焼き アスパラサラダ ひじき煮 みそ汁 697kcal お菓子	ミートソーススパ グリーンサラダ フルーチェ スープ 694kcal サッポロポテト	ご飯 豚肉とピーマンの卵炒め じゃがいもとひじきの和風サラダ なめたけ和え みそ汁 654kcal カステラ	たまごサンド&ハムカツサンド イタリアンサラダ ゼリー スープ 587kcal みかんヨーグルト			

※ 材料の都合により献立の変更もあります。

