

令和5年 11月 献立予定表

すくすく



		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 みそ汁 363kcal 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 みそ汁 284kcal 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 みそ汁 297kcal ゼリー	パン きのこ根菜のクリームシチュー カリプロサラダ 白身魚フライ 383kcal プリン	豚もやし味噌ラーメン おかか和え しゅうまい 336kcal キャロットおにぎり	ご飯 五目うま煮 和風サラダ みそ汁 333kcal フライドポテト	ご飯 甘辛チキン 海藻サラダ みそ汁 396kcal ベジたべる		
13(月)	14(火)	15(水)七五三メニュー	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)
ごはん ビビンバ丼の具 中華風もやしサラダ わかめスープ 390kcal ホットケーキ	ご飯 蒸し鶏のネギソース マカロニサラダ みそ汁 398kcal お菓子	ちらし寿司 焼魚 野菜のスパサラダ すまし汁 318kcal 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 276kcal 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 373kcal 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 みそ汁 331kcal 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 スープ 390kcal 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 429kcal 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 315kcal 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 みそ汁 349kcal 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 347kcal 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 みそ汁 323kcal カステラ	食パン たまごサンドの具&ハムカツ イタリアンサラダ ゼリー スープ 294kcal 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。

※ アレルギー(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・カニなど)で禁止品目がございましたら、申し出てください。

