

平成28年11月 予定献立

		主食	主菜	副菜	汁	デザート	
16	水	朝	パン	スパニッシュオムレツ	-	野菜スープ 牛乳	
		昼	梅じゃご飯	豚肉の竜田揚げ	小松菜の胡麻和え	けんちん汁	はちみつレモンゼリー
		夕	ご飯	鯖の西京焼き	里芋とイカの煮物	かきたま汁	苺ミルク寒
17	木	朝	ご飯	納豆	信田煮	みそ汁 -	
		昼	あんかけ醤油ラーメン		じゃこサラダ	牛乳	焼きいも
		夕	ご飯	油淋鶏	じゃが芋とコーンの炒め物	野菜スープ	ブルーベリーヨーグルトゼリー
18	金	朝	ご飯	ハムと野菜のチーズ焼き	蓮根なます	みそ汁 -	
		昼	ご飯	ブリ大根	卵サラダ	みそ汁	ブラマンジェ 黄桃ソース
		夕	ご飯	ビーフシチュー	ほうれん草とキャベツのナムル	野菜スープ	黒ゴマパバロア
19	土	テイクアウト(ウインナードック/ブルーベリーデニッシュ/バナナ/牛乳)					
		昼	親子丼		牛蒡のサラダ	みそ汁	みかん
		夕	ご飯	白身魚のホイル焼き	じゃが芋のそぼろあんかけ	かきたま汁	カフェオレプリン
20	日	朝	ご飯	ハムエッグ	白菜のクリーム煮	野菜スープ -	
		昼	五目炒飯		焼売	ワタンスープ	バナナパバロア
		夕	ご飯	サーモンフライ	キャベツのおかか和え	みそ汁	なめらか杏仁豆腐
21	月	朝	ご飯	巣ごもり卵	かみかみふりかけ	みそ汁 -	
		昼	ご飯	ミートボールシチュー	パリパリサラダ	牛乳	キウイフルーツ
		夕	ご飯	回鍋肉	白菜のサラダ	卵スープ	練乳プリン
22	火	朝	パン	ソーセージポトフ	-	野菜スープ ジョア	
		昼	ひじきご飯	千草焼き	筑前煮	みそ汁	豆乳抹茶プリン
		夕	ご飯	ミックスフライ	わかめのナムル	野菜スープ	フルーツミルク寒
23	水	朝	ご飯	豆腐と白菜のピリ辛炒め	きんぴらごぼう	みそ汁 -	
		昼	目玉焼きのせカレーライス		コンビネーションサラダ	牛乳	みかん
		夕	ご飯	ブリの照り焼き	小松菜とキノコのおろし和え	みそ汁	抹茶あずきプリン
24	木	朝	ご飯	焼き鮭	切干大根の煮物	みそ汁 -	
		昼	ビビンバ丼		もやし中華和え	かきたま汁	ブルーベリーヨーグルト
		夕	ご飯	鶏のから揚げ	ほうれん草の磯辺和え	野菜スープ	ピーチパバロア
25	金	朝	ご飯	生揚げとキャベツのオムレツ炒め	ひじきの煮物	みそ汁 -	
		昼	ほうれん草とベーコンのクリームスパゲティ		青菜とじゃこのサラダ	野菜スープ	りんご
		夕	ご飯	白身魚の和風あんかけ	ツナじゃが和え	みそ汁	マンゴープリン
26	土	朝	パン	青菜のキッシュ	-	ジョア バナナ	
		昼	オムライス		マメまめ豆サラダ	オニオンスープ	ブラマンジェ 黄桃ソース
		夕	ご飯	鶏のオムレツ照り焼き	コーンサラダ	野菜スープ	苺ミルクゼリー
27	日	朝	ご飯	シシャモ	ジャーマンポテト	みそ汁 -	
		昼	ピザトースト		スペアリブのマーマレード煮	コーンスープ	豆乳抹茶プリン
		夕	ご飯	四川豆腐	切干大根のナムル	わかめスープ	みかん寒
28	月	朝	ご飯	ハムエッグ	塩肉じゃが	みそ汁 -	
		昼	ご飯	鯖の味噌煮	10品目サラダ	澄まし汁	クリームチーズゼリー ラズベリーソース
		夕	ご飯	鶏もも肉のクリーム煮	もやしの胡麻和え	野菜スープ	りんご
29	火	朝	フレンチトースト	ソーセージポトフ	ゆで卵	牛乳 -	
		昼	ご飯	鶏肉の甘酢あんかけ	ほうれん草の磯辺和え	ピリ辛もやしスープ	みかん/ジョア
		夕	わかめご飯	おでん	豚バラ蓮根	和風野菜スープ	ミルク苺寒
30	水	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	筑前煮	みそ汁 -	
		昼	ご飯	チキンのコーンフレーク焼き	キャベツとわかめのナムル	野菜スープ	メープルプリン
		夕	舎リクエスト献立(ビーフカレー/シーザーサラダ/ミネストローネ/フルーツヨーグルト)				

※献立は、食材等の都合により変更することがあります。