

平成30年11月予定献立表(前半)

		主食	主菜	副菜	汁物	デザート	
1	木	朝	バタートースト	ハム野菜ソテー	ゆで卵	-	ホットココア
		昼	ご飯	鮭のちゃんちゃん焼き	キャベツとコーンのサラダ	かきたま汁	牛乳
		夕	ご飯	肉団子の甘酢あんかけ	白菜のおかか和え	みそ汁	みかんヨーグルト
2	金	朝	ご飯	巣ごもり卵	蓮根と豚肉の炒め煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	麻婆豆腐	切干大根のナムル	酸辣湯	牛乳
		夕	ご飯	鶏肉のチリソース	もやしの胡麻酢和え	野菜スープ	練乳プリン
3	土	朝	テイクアウト				
		昼	中華丼		春巻き	もやしのピリ辛スープ	マンゴープリン
		夕	ご飯	白身魚のピザ風焼き	大根サラダ	みそ汁	ピーチババロア
4	日	朝	ご飯	ベーコンエッグ	キャベツとキノコの炒め物	みそ汁	-
		昼	けんちんうどん		竹輪の磯辺揚げ/じゃこサラダ	-	ナタデココヨーグルト
		夕	ご飯	鶏の味噌漬け焼き	グリーンサラダ	野菜スープ	メープルプリン
5	月	朝	ご飯	厚焼き玉子	大豆とじゃこの甘辛煮	みそ汁	-
		昼	豚キャベツ丼		たらもサラダ	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	すき煮風肉豆腐	豆まめマメサラダ	すまし汁	黒ゴマババロア
6	火	朝	ご飯	豚肉と小松菜の卵とじ	五目目	みそ汁	-
		昼	きな粉揚げパン	クリームシチュー	青菜とじゃこのサラダ	-	オレンジ/牛乳
		夕	ご飯	チキンソテー トマトソース	コンビネーションサラダ	野菜スープ	ココナッツミルクプリン
7	水	朝	ご飯	目玉焼き 野菜ソテー	筑前煮	みそ汁	-
		昼	ほうとううどん		揚げ餃子/おかか和え	-	さつま芋蒸しパン
		夕	ご飯	白身魚の香草パン粉焼き	シーザーサラダ	野菜スープ	ミルクプリン
8	木	朝	ご飯	ソーセージソテー	じゃが芋の千切り炒め	野菜スープ	-
		昼	秋色ご飯	鮭の幽庵焼き	ポテトサラダ	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	ポークソテー	人参のたらこ炒め	みそ汁	苺ミルク寒
9	金	朝	パン	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	飲むヨーグルト
		昼	ご飯	鶏のみそ漬け焼き	海藻サラダ	きりたんぽ汁	牛乳
		夕	ご飯	ぶり大根	パンプキンサラダ	みそ汁	ブルーベリーババロア
10	土	朝	ご飯	焼き鮭	蓮根金平	みそ汁	-
		昼	プルコギ丼		もやしのナムル	かきたま汁	リンゴ/ジョア
		夕	ご飯	塩鶏	マカロニサラダ	みそ汁	ミルクプリン 黒糖ソース
11	日	朝	ご飯	ハムピカタ	ひじきの煮物	みそ汁	-
		昼	サンドイッチ		手羽先の唐揚げ	コーンスープ	フルーツ白玉
		夕	ご飯	鯖の照り焼き	白菜の塩昆布和え	みそ汁	抹茶ババロア
12	月	朝	パン	スパニッシュオムレツ	-	野菜スープ	牛乳
		昼	梅じゃこご飯	豚肉の竜田揚げ	野菜の胡麻和え	けんちん汁	牛乳
		夕	ご飯	たらの西京焼き	里芋とイカの煮物	かきたま汁	苺ミルク寒
13	火	朝	ご飯	鯖の文化干し	白菜と春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	ご飯	さんまの松前煮	にんじんしりしり	みそ汁	バナナ/牛乳
		夕	ご飯	油淋鶏	じゃが芋とコーンの炒め物	野菜スープ	ミルクティプリン
14	水	朝	ご飯	切干大根入り玉子焼き	肉じゃが	みそ汁	-
		昼	ご飯	豚肉のごまごま揚げ	春雨サラダ	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	鶏つくね照り焼き	人参サラダ	野菜スープ	アセロラゼリー
15	木	朝	ご飯	納豆	信田煮	みそ汁	-
		昼	ご飯	タンドリーチキン	スパゲティサラダ	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	ホキのフライ	マセドアンサラダ	ミネストローネ	ブルーベリーヨーグルトゼリー

※献立は、食材等の都合により変更する場合があります。