

令和元年 11月予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	その他	
1	金	朝	ご飯	ハムエッグ	ジャーマンポテト	みそ汁	-
		昼	野菜たっぷり豚丼		白菜とりんごのサラダ	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	ホキのフライ	ゆかり和え	ミネストローネ	ミルクみかんプリン
2	土	朝	テイクアウト(ポテトサラダパン、ジャムパン、みかん、牛乳)				
		昼	けんちんうどん		竹輪の磯部揚げ	わかめサラダ	ジョア(オレンジ)
		夕	ご飯	油淋鶏	もやしのナムル	中華風卵スープ	なめらか杏仁豆腐
3	日	朝	ご飯	目玉焼き	ジャーマンポテト	みそ汁	-
		昼	ご飯	キャベツメンチかつ	春雨の酢の物	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	鮭のごま味噌焼き	マカロニサラダ	かきたま汁	ミルクプリン イチゴソース
4	月	朝	ご飯	ソーセージソテー	白滝入りきんぴら	みそ汁	-
		昼	鶏のクリームペンネパスタ		じゃこサラダ	野菜スープ	牛乳
		夕	ご飯	鶏と大根の煮物	パリパリサラダ	みそ汁	ナタデココミルクプリン
5	火	朝	バタートースト	野菜のキッシュ	-	野菜スープ	飲むヨーグルト
		昼	ご飯	白身魚のみそマヨ焼き	青菜のお浸し	かきたま汁	牛乳
		夕	ご飯	ポーク照り焼き	白菜とツナのサラダ	ワンタンスープ	抹茶プリン
6	水	朝	ご飯	焼きシシャモ	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	ご飯	鶏の照り焼き	もやしのサラダ	みそ汁	パイン寒
		夕	ゆかりご飯	鯖の塩焼き	キャベツの和え物	かきたま汁	小豆ミルクプリン
7	木	朝	ご飯	ハムピカタ	ひじきの煮物	みそ汁	-
		昼	かぼちゃ入りほうとう		揚げ餃子	おかか和え	牛乳
		夕	ご飯	麻婆豆腐	野菜のごま酢和え	中華スープ	ミルクプリン 黄桃ソース
8	金	朝	ご飯	ベーコンエッグ	人参のたらこ炒め	みそ汁	-
		昼	ご飯	いわしのかば焼き	千切り野菜のナムル	根菜ごまキムチ汁	牛乳/りんご
		夕	ご飯	チキンカツ	ツナサラダ	春雨スープ	メープルプリン
9	土	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	蓮根のきんぴら	みそ汁	-
		昼	サンドイッチ		手羽先のから揚げ	クリームスープ シェルパスタ入り	牛乳/オレンジ
		夕	ご飯	豚肉のおろしソース	塩昆布和え	みそ汁	カフェオレプリン
10	日	朝	ご飯/ふりかけ	切干大根入り厚焼き玉子	五目豆	みそ汁	-
		昼	チキンピラフ		シーザーサラダ	野菜スープ	チョコプリン
		夕	ご飯	白身魚のピザ風焼き	青菜のからし和え	みそ汁	練乳ミルクプリン
11	月	朝	ご飯	スクランブルエッグ	青菜とコーンのソテー	みそ汁	-
		昼	ナポリタンスパゲティ		ポテトサラダ	野菜スープ	牛乳/キウイフルーツ
		夕	ご飯	鶏肉の香草パン粉焼き	春雨サラダ	みそ汁	ヨーグルトプリン
12	火	朝	ご飯/ふりかけ	納豆	ごぼうと白滝の炒め物	みそ汁	-
		昼	ご飯	さごしの竜田揚げ	野菜のごま和え	みそ汁	牛乳
		夕	ご飯	プルコギ炒め	海藻サラダ	中華風スープ	ココナッツミルクプリン
13	水	朝	パン	ハムと野菜のチーズ焼き	-	トマトクリームスープ	ジョア(いちご)
		昼	じゃこご飯	鶏の味噌漬け焼き	青菜の磯部和え	かきたま汁	牛乳/みかん
		夕	ご飯	魚のホイル焼き	里芋の煮物	みそ汁	抹茶寒
14	木	朝	ご飯	ウインナーソテー	きんぴらごぼう	みそ汁	-
		昼	ご飯	鯖のカレー焼き	おさつサラダ	けんちん汁	牛乳
		夕	ご飯	クリームシチュー	コンビネーションサラダ	-	リンゴゼリー
15	金	朝	ご飯	豆腐と豚肉のピリ辛炒め	切干大根の煮物	みそ汁	-
		昼	ご飯	デミグラスハンバーグ	コーンと青菜のサラダ	野菜スープ	ジョア(マスカット)
		夕	ご飯	鱈のごま揚げ	ミモザサラダ	わかめスープ	ミルクティプリン

※献立は、食材の都合により変更する場合があります。