

# 令和3年11月前半 予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	その他	
1	月	朝	パン	青菜のキッシュ	—	野菜スープ 牛乳	
		昼	ご飯	豚肉の生姜焼き	スパゲッティサラダ	みそ汁 なめらか杏仁豆腐	
		夕	ご飯	ホキのフライタルソース	ラーパーツアイ	野菜スープ 抹茶プリン	
2	火	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	きんぴらごぼう	みそ汁 —	
		昼	幼稚部さくら組リクエスト献立(カレーライス・鶏のから揚げ・卵スープ・チーズ入りサラダ・いちごプリンクリーム乗せ)				
		夕	ご飯	麻婆豆腐	大根サラダ	わかめスープ カフェオレプリン	
3	水祝	朝	ご飯	塩昆布入り卵焼き	(きんぴらごぼう)	みそ汁 ジョア(いちご)	
		昼	お茶漬け	イカと大根の煮物	ゆかり和え	— 抹茶パバロア	
		夕	ご飯	鶏肉のピリ辛みそ焼き	牛蒡サラダ	かき玉汁 小豆入りみるく寒	
4	木	朝	パン	スパニッシュオムレツ	—	クリームスープ みかん	
		昼	ご飯	メカジキのバター醤油ソテー	青菜のおろし和え	みそ汁 みるく寒いちごソース	
		夕	ご飯	豚バラともやしのカレー中華煮	じゃが芋とキャベツのツナマヨサラダ	みそ汁 ミルクティプリン	
5	金	朝	ご飯	焼き塩鮭	(ひじきと大豆の煮もの)	みそ汁 —	
		昼	サンドウィッチ		鶏手羽元のスパイス煮	ミネストローネスープ チョコプリン	
		夕	ご飯	油淋鶏	青菜の胡麻和え	みそ汁 ヨーグルトゼリー	
6	土	朝	パンセット(コーンマヨネーズパン、南瓜アンパン、(クルミロール)、みかん、牛乳)				
		昼	五目炒飯		鶏のスパイス煮	中華風コーンスープ ブラマンジェいちごソース	
		夕	ご飯	鶏とキャベツのオイスター炒め	大豆のドレッシングサラダ	野菜スープ 抹茶寒	
7	日	朝	ご飯	豚肉と豆腐のピリ辛炒め	人参しりしり	みそ汁 —	
		昼	ハヤシライス		ツナサラダ	野菜スープ ミルクプリン黄桃ソース	
		夕	ご飯	白身魚のピザ風焼き	小松菜とじゃこのサラダ	肉団子スープ メープルプリン	
8	月	朝	ご飯	豚肉と小松菜の卵とじ	ふりかけ	みそ汁 —	
		昼	ご飯	白身魚のチリソース	マセドアンサラダ	野菜スープ フルーツヨーグルト	
		夕	ご飯	厚揚げとにらのひき肉炒め	コーンサラダ	みそ汁 カフェオレプリン	
9	火	朝	ご飯	ハムエッグ	かみかみふりかけ	みそ汁 —	
		昼	ご飯	豚肉の味噌炒め	南瓜の甘煮	かき玉汁 小豆入りみるく寒	
		夕	ご飯	八宝菜	大豆とひじきのサラダ	中華風コーンスープ ミルクティプリン	
10	水	朝	シナモントースト	茹で卵	—	トマトスープ 牛乳	
		昼	ご飯	鮭のマヨコーン焼き	おさつサラダ	野菜スープ レアチーズデザート	
		夕	ご飯	チキンカツ	小松菜と白菜と油揚げのお浸し	みそ汁 フルーツみるく寒	
11	木	朝	ご飯	青菜と春雨の炒め物	ふりかけ	みそ汁 ジョア	
		昼	カレーうどん	竹輪の磯辺揚げ	野菜の即席漬け	— ミルクプリン黒糖きな粉かけ	
		夕	ご飯	ミートローフ	青菜ともやしのナムル	みそ汁 カップヨーグルト	
12	金	朝	パン	ポトフ	—	— 牛乳 / バナナ	
		昼	ご飯	キャベツ入りメンチカツ	にんじんサラダ	みそ汁 キャラメルプリン	
		夕	ご飯	鯖の味噌煮	小松菜とコーンのサラダ	かき玉汁 さっぱり杏仁豆腐	
13	土	朝	<b>福島めし DAY</b> 福島県出身者プロデュース!!(内容はお楽しみに♡)				
		昼					
		夕					
14	日	朝	ご飯	じゃが芋のそぼろ煮	おくら納豆	みそ汁 —	
		昼	スパゲッティナポリタン		キャベツとひじきのコールスローサラダ	野菜スープ ブラマンジェブルーベリーソース	
		夕	ご飯	鮭の西京焼き	白菜のクリーム煮	みそ汁 バニラミルクプリン	

※献立は、食材の都合により変更する場合があります。