

週間献立表

	朝食	昼食	夕食
11月 3日 (日)	ご飯・味噌汁 彩りさつま揚げ 筑前煮 オクラのおかか和え パイン缶 牛乳 	鮭ちらし寿司 すまし汁 茶碗蒸し 揚げナス浸し さつま芋と栗のタルト	ご飯、味噌汁 牛しゃぶおろしソース 4種の具材のチャプチェ もやしの辛子和え
4日 (月)	ご飯、味噌汁 厚焼き卵 金平ごぼう 胡瓜粕漬け みかんヨーグルト 牛乳	パン、コンソメスープ ポークチャップ 緑野菜のペペロンチーノ キャベツとカニカマ和え	ご飯、味噌汁 そい照り焼き 高野豆腐と野菜の炊合せ たらもサラダ
5日 (火)	ご飯・味噌汁 あじ塩焼き きのこバターソテー 小松菜ごま和え ぶどう缶 牛乳	鶏照り丼 さつま汁  ふきの煮物 白菜の柚子和え フルーツアロエ	ご飯、味噌汁 肉豆腐 コーンクリームコロッケ めかぶ 
6日 (水)	ご飯・味噌汁 豆乳がんも含め煮 なすとインゲンの生姜餡 うぐいす豆 黄桃ヨーグルト 牛乳	ご飯、味噌汁 豚肉にの塩だれ炒め ひじき煮 ほうれん草生姜和え	ご飯、味噌汁 カレイの煮付け チンゲン菜とハムのソテー 南瓜サラダ 
7日 (木)	ご飯・味噌汁 温泉卵 鶏肉とれんこんの煮物 菜の花湯葉和え マンゴー缶 牛乳	チキンカツカレー コンソメスープ 豆と根菜のごまだれサラダ マスカットゼリー 	ご飯、味噌汁 ます粕漬け焼き 雷こんにゃく 五目もやし
8日 (金)	ご飯・味噌汁 さわら西京焼き 切干大根煮 いんげんピーナッツ和え アロエヨーグルト 牛乳	けんちんうどん いなり寿司 京風シュウマイ 小松菜しらす和え 柿	ご飯、味噌汁 鶏肉の梅風味焼き  さつま芋甘露煮 ブロッコリーのおかか和え
9日 (土)	ご飯・味噌汁 シーフードステーキ 竹の子の煮物 キャベツの彩り酢の物 リンゴ缶 牛乳	ご飯、味噌汁 豚肉と野菜炒め 旬彩焼き かぶと胡瓜の浅漬け	ご飯、味噌汁 赤魚のみりん漬け焼き 切り昆布大豆 からし菜お浸し

仕入の都合により献立の一部を変更する場合があります、ご了承下さい。