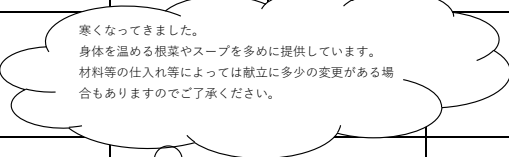


〇〇 2024年 11月 献立表 〇〇 [常食]

				1(金)	2(土)	3(日)	
朝食				ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁(白菜)	食パン(いちごジャム) 牛乳 スライスチーズ1枚 バナナ	シリアル 牛乳 ゆで卵 インスタントスープ	
昼食				ご飯 コロケ(冷) 付)人参グラッセ チャプチェ にら玉	揚げパン(1個) 肉うどん フルーツ白玉	ソースカツ丼 南瓜の煮物 りんご	
夕食				ご飯 さばの西京焼き風 棒棒鶏(小鉢) けんちん汁			
	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)
朝食	食パン(いちごジャム) 牛乳 バナナ インスタントスープ	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁(小松菜)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁(じゃがいも)	ご飯 牛乳 ふりかけ みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(麴)	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁(油揚げと大根)	食パン(いちごジャム) 牛乳 ハムとチーズ ヨーグルト
昼食	中華丼 鶏肉から揚げ フルーツゼリー	ご飯 魚マヨネーズ焼き ブロッコリーとコーンのパ 手羽元揚げ甘辛煮 こんにゃく炒め	ご飯 チキンソテー キャベツのしらすソテー 厚揚げチリソース ミートボールの甘辛あんか	食フルーツサンド クロワッサン(チョコ) ペペロンチーノ バナナ	ご飯 豚肉しょうが焼き 千種焼き チーズさけフライ(半分)	わかめおにぎり 鍋焼きうどん風 竹輪磯辺揚げ	ご飯 豚キムチ丼 水餃子
夕食	ご飯 鶏肉から揚げ ワンタンスープ 野菜サラダ フルーツヨーグルト	ご飯 牛バークューソース 豆腐が 若汁	ご飯 鶏肉のホイル焼きみそ煮 ほうれん草の竹輪ごまあえ ぶた汁	ご飯 マーボー豆腐1 春雨サラダ フルーツボンチ 卵とわかめのスープ	ご飯 豚角煮 甘酢和え すまし汁(豆腐とわかめ)	ご飯 ハンバーグ ポトフ ポトフサラダ キャベツクリームスープ	ご飯 親子煮 ポテトサラダ ベリームース
	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)
朝食	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(白菜)	ご飯 牛乳 佃煮昆布 みそ汁(かぼちゃ)	ご飯 牛乳 ウィンナー(朝) みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(油揚げと大根)	ご飯 牛乳 お茶漬け(インスタント) みそ汁(玉ねぎ)	食パン(マーガリン) 牛乳 ツナ和え(パン) みかん缶	クロワッサン 牛乳 ゆで卵 ヨーグルト
昼食	ご飯 鶏肉の西京焼き たくあん和え 焼きビーフン 煮卵(半分)	ご飯 サバのカレー焼き アスパラソテー 冷)メンチカツ 南瓜のそぼろ煮	ご飯 肉野菜炒め ココット焼き ミートボールのトマト煮	フィッシュバーガー チキンチップ マカロニグラタン(ミニ) じゃがバター	ご飯 牛肉三色ロール 付)ゆでブロッコリー 炊き合わせ ゴロっとさつま揚げ	ご飯 ラーメン 餃子(2個)	焼き鳥丼 バナナ ミニうどん(汁挽)
夕食	ご飯 油淋鶏 付)レタスとトマト 担々スープ みかんゼリー	ご飯 筑前煮 マカロニサラダ コンフィ すまし汁(えのき)	ご飯 ムニエル(さけ) 并)きのこスパゲティ 野菜サラダ ビーフコンソメスープ	ご飯 肉豆腐 大根サラダ 卵スープ	ご飯 ミートローフ ポトフ キャベツのマヨ和え コンソメスープ	ご飯 ブルコギ 卵サラダ 杏仁豆腐	ご飯 肉じゃが きゅうりごま和え みそ汁(豆腐) みかん
	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)
朝食	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 サラダ(ミニトマト) みそ汁(なめこ)	ご飯 牛乳 お茶漬け(インスタント) みそ汁(豆腐)	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁(もやし)	ご飯 牛乳 ウィンナー(朝) みそ汁(キャベツ)	食パン(いちごジャム) 牛乳 ハムとチーズ インスタントスープ	食パン(いちごジャム) 牛乳 ヨーグルト みかん缶
昼食	ご飯 魚のマリネ オクラおかしょうゆ 鶏ごぼう炒め ウィンナーのソテー	ご飯 鶏マーマレード焼き にんじんシリアル 春雨のソテー イカリング	ご飯 ココット焼き さきこコンソメ焼き 厚揚げチリソース 野菜サラダ	食サド(ウイナ) 食サンド(たまご) かぼちゃサラダ ペンネボロネーゼ弁 バイン缶	ご飯 鶏肉から揚げ 付)織キャベツ れんごんの金平風 チーズドッグ	おにぎり ちゃんぽん寮 たご焼き(3個)	ガバオうい 付)キャベツとトマト キャラメルポテト インスタントスープ
夕食	ご飯 クリームシチュー ハムサラダ キャラットゼリー	ご飯 煮しめ スパゲティサラダ けんちん汁	ご飯 豚の細切り炒め 春雨スープ みたらしだんご	ご飯 チキンピカタ 粉ふきいも すまし汁(豆腐と青海苔) コンフィ	ご飯 さばの竜田揚げ ほぐし鶏ときゅうりのゴマ ぶた汁	ご飯 鶏のみそ煮 ほうれん草のお浸し すまし汁(そうめん)	チキンカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト
	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	
朝食	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁(厚揚げとワカメ)	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(豆腐)	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁(白菜)	ご飯 牛乳 豚味噌 みそ汁(玉ねぎ)	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(なめこ)	
昼食	ご飯 魚のチーズ焼き スパゲティゆかり(弁) 牛肉のしぐれ煮 なすの味噌炒め	ご飯 鶏のみそ焼き コールスロー がんと煮(2個) オレンジ	ご飯 さけフライ ポークビーンズ1 みかん缶 バインとキャベツのサラダ	照り焼きバーガー 付)スパゲティ・ナポリ かみかみチーズサラダ バナナ	ご飯 うま塩チキン 手作り小松菜ふりかけ ココット焼き ブロッコリーとコーンのパ	炊き込みご飯 きつねうどん みかん	
夕食	ご飯 豚カツ 付)サラダ ウィンナー(1本) すまし汁(豆腐と青海苔)	ご飯 すき焼き風煮 シーチキンサラダ かきたま汁	ご飯 魚の塩焼き(さけ) 肉味噌ビーフン さつま芋サラダ コンフィ	ご飯 ハンバーグ ポトフ 野菜サラダ ミネストローネ	ご飯 魚の味噌煮 なます イカリング	ご飯 チキン南蛮 付)レタスとトマト 満豆腐(6等分) チョコアソ	