11月 週間献立表 ≪常食≫

	1	2	3	4	5	6	7
朝食	≪共通料理≫ 卵サラダ 牛乳 ～和食～ いも粥 フルーツ ～洋食～ 食パン コンソメスープ	≪共通料理≫ ポテトサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン 大根スープ	≪共通料理≫ 小松菜のｵｲｽﾀｰ炒め 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 鯛みそ ～洋食～ 食パン コーンスープ	≪共通料理≫ ひじきサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン 野菜スープ	≪共通料理≫ オムレツ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ ロールパン ポパイスープ	≪共通料理≫ 野菜炒め 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン 白菜スープ	≪共通料理≫ ﾁｰｽﾞｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 鯛みそ ～洋食～ ロールパン コンソメスープ
昼食	ご飯 味噌汁 アジの柚子焼き もやしの胡麻ﾏﾖ和え 洋梨缶	南瓜と小豆のｷｰﾏｶﾚｰ 福神漬け 温野菜ｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂﾖｰｸﾞﾙﾄ	**文化の日** 三色丼（麦飯） 味噌汁 白菜の煮物 ｵｸﾗ和風ｻﾗﾀﾞ	雑穀ご飯 味噌汁 豚肉のﾊﾁﾐﾂ生姜焼き ﾎｳﾚﾝ草の磯和え ほうじ茶プリン	ご飯 コンソメスープ たらのﾀﾙﾀﾙ焼き 白菜とｴﾋﾞの炒め物 野菜のﾏﾘﾈ	ご飯 味噌汁 アジフライ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ メロンゼリー	ご飯 お吸い物 若鶏の味噌煮 ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ マロンババロア
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉の焼肉風炒め 春雨の酢の物 たくあん	ご飯 味噌汁 タラの生姜煮 人参のごまｻﾗﾀﾞ 白花豆煮	ご飯 お吸い物 豆腐のピザ風 ｷｬﾍﾞﾂとｶﾆｶﾏ炒め 黄桃缶	ご飯 味噌汁 五目たまご焼き 湯豆腐 カラフルサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の梅焼き ｶﾘﾌﾗﾜｰと芋のｻﾗﾀﾞ 洋梨缶	ご飯 味噌汁 豆腐ｽﾃｰｷ　和風ｿｰｽ 大根のくず煮 人参酢の物	ご飯 味噌汁 アジの有馬焼き もやしの酢の物 しば漬け
栄養価	1603 kcal/塩分 5.5 g	1624 kcal/塩分 6.5 g	1608 kcal/塩分 7.8 g	1685 kcal/塩分 7.5 g	1591 kcal/塩分 7.0 g	1682 kcal/塩分 7.3 g	1637 kcal/塩分 6.4 g

食材の入荷状況によりやむを得ず献立変更となる場合があります。