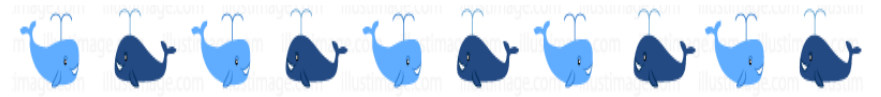


週間予定献立表



日付	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	ほたて雑炊	麦御飯	御飯	御飯	食パン
	味噌汁(玉ねぎ、水菜)	味噌汁(しろ菜、冬瓜)	味噌汁(しめじ、きぬさや)	味噌汁(うまい菜、麩)	味噌汁(もやし、豆苗)	味噌汁(えのき、水菜)	クリームスープ
	はんぺんの煮物	いわし蒲焼	野菜つみれの煮物	高野豆腐の煮物	魚河岸生姜醤油	厚焼き卵	魚肉ソーセージとピーマンの炒め物
	青梗菜のお浸し	なすの生姜和え	ブロッコリー和え物	長芋とろろ	春菊のからし和え	キャベツのゆかり和え	ほうれん草のサラダ
	ふりかけ(しそ)	たいみそ	牛乳	牛乳	のり佃煮	ふりかけ(かつお)	いちごジャム
	牛乳	牛乳			牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	421kcal	544kcal	420kcal	424kcal	426kcal	437kcal	474kcal
昼	御飯	☆秋の実り紅葉膳行事食☆	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(えのき、かぶの葉)	釜飯風井	すまし汁(長葱、畑菜)	味噌汁(大根、葱)	すまし汁(麩、貝割れ)	味噌汁(揚げ、かぶ葉)	味噌汁(しろ菜、椎茸)
	A白身魚のパン粉焼き	すまし汁(花麩、三つ葉)	A肉蕎麦	A銀ヒラスのザーサイ蒸し	A鶏肉の金山寺みそ焼き	A豚肉のしぐれ煮	Aますの塩焼き
	B鶏肉の柚子醤油ソース	ほうれん草のしめじ 柚子和え	B赤魚の煮付け	B豚肉の卵とじ	Bかれいの焼き浸し	B白身魚のピザ焼き風	B豚肉の塩麴炒め
	冬瓜のうす煮	りんご・羊羹盛り合わせ	切干大根のサラダ	じゃが芋金平	青菜炒め	あさりと青梗菜の炒め物	ジャーマンポテト
	フルーツ(バナナ)		コンポート(マンゴー缶)	コンポート(パイン缶)	きのこのおろし和え	コンポート(みかん缶)	コンポート(黄桃缶)
Aエネルギー	537kcal	460kcal	524kcal	472kcal	431kcal	473kcal	473kcal
Bエネルギー	539kcal		477kcal	568kcal	459kcal	462kcal	521kcal
おやつ	ケーキ	スイスロールコーヒー	オレンジゼリー	吹雪饅頭	メロンゼリー	あんぱん	杏仁ムース
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	牛乳	牛乳
	201kcal	179kcal	110kcal	165kcal	123kcal	202kcal	117kcal
おやつエネルギー							
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	中華スープ(きくらげ、ほうれん草)	味噌汁(いんげん、人参)	味噌汁(玉ねぎ、貝割れ)	コンソメスープ(玉ねぎ、マッシュルーム)	味噌汁(青梗菜、人参)	味噌汁(かぶ、豆苗)	味噌汁(しめじ、三つ葉)
	麻婆豆腐	ほきの照焼き	サバのカレー風味焼き	鶏肉のトマトソースかけ	鰯のから揚げ	豆腐の中華旨煮	チキン南蛮
	ごぼうの炒り煮	春雨サラダ	畑菜の煮浸し	カリフラワーソテー	ビーフン炒め	蓮根炒め	冬瓜のコンソメ煮
	白菜の中華和え	漬物(桜大根)	もやしの磯和え	キャベツとチーズサラダ	コンポート(カクテル缶)	なすのおかか和え	漬物(つぼ漬)
エネルギー	518kcal	421kcal	488kcal	471kcal	522kcal	524kcal	550kcal

