

11月23日～12月4日まで

食事献立予定表

日	曜	お昼のこんだて	食材料名			
						
11月						
23	月	勤労感謝の日				
24	火	ごはん ポテトコロケ（既製品） ピーマンとじゃこの炒め物 胡麻和え 玉子焼き	たまご じゃこ ちくわ	人参 ピーマン 白菜 小松菜	じゃがいも ごはん 砂糖 ごま 油 小麦粉 パン粉	ふりかけ
25	水	ごはん 魚の粕漬け焼き焼き 煮物 白菜の柚子浸し ウィンナー	たら 酒粕 鶏肉 ウィンナー	ブロッコリー ごぼう れんこん 人参 いんげん 白菜 柚子	里芋 砂糖 ごはん	ふりかけ
26	木	ごはん ちくわの磯辺あげ ナポリタン 切干大根煮 ポテトフライ	ちくわ ウィンナー 油揚げ	切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ ピーマン	じゃがいも ごはん スパゲティ	ふりかけ
27	金	ごはん 豚肉の甘辛焼き お浸し ひじき煮 玉子焼き	豚肉 油揚げ たまご	キャベツ たまねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー 小松菜 舞茸 ひじき	ごはん 油 砂糖	ふりかけ
30	月	ごはん ハンバーグ（既製品） 大根のゆかり和え 煮物 ポテトフライ	鶏肉	玉ねぎ 人参 しらたき ねぎ しめじ 大根 ゆかり ブロッコリー	ごはん 油 じゃがいも 小麦粉 パン粉	ふりかけ
12月						
1	火	ごはん 白身魚フライ（既製品） れんこん金平 お浸し 玉子焼き	たら たまご 油揚げ	れんこん 人参 いんげん ほうれん草 えのき ブロッコリー	ごはん 砂糖 小麦粉 パン粉 油	ふりかけ
2	水	ごはん プレーンオムレツ（既製品） なます ブロッコリー ポテトフライ 煮物	たまご	大根 人参 ブロッコリー ぜんまい	ごはん じゃがいも 油 砂糖 小麦粉	ふりかけ
3	木	ごはん 揚げ魚のおろしたれ 豆腐のくず煮 胡麻和え ウィンナー	ほき 豆腐 ウィンナー	大根 ほうれん草 キャベツ 人参 白菜 しめじ しいたけ		ふりかけ
4	金	ごはん かれいのから揚げ しょうが和え 白菜の煮びたし 玉子焼き	かれい たまご	わかめ 大根 しょうが ブロッコリー 白菜 人参	油 砂糖 ごはん	ふりかけ
		* 材料の入荷の都合により、メニューの変更のある事をご了承ください。				