

11月22日～12月3日まで

食事献立予定表

日	曜	 お昼のこんだて 	あかの食品	みどりの食品	きいろの食品		
11月							
22	月	ごはん 中華炒め 蓮根金平 酢の物 ポテトフライ	豚肉	白菜 玉ねぎ 人参 青梗菜 干しいたけ れんこん カットワカメ	ごはん 油 砂糖 ごま油 こんにゃく 春雨 じゃがいも	ふりかけ	
23	火	勤労感謝の日					
24	水	ごはん 白身魚フライ玉子とじ ピーマン炒め 胡麻和え ウィンナー	白身魚 卵 ちくわ ウィンナー	玉ねぎ グリンピース ピーマン 人参 白菜 小松菜 しめじ	ごはん 油 砂糖 ごま パン粉	ふりかけ	
25	木	お弁当の日					
26	金	お誕生会 (肉じゃが・ごはん)					
29	月	ごはん 白身魚の唐揚げ 切干大根煮 青菜の海苔和え ウィンナー	ホキ 油揚げ ウィンナー	レタス 玉ねぎ 人参 いんげん 小松菜 白菜 海苔 切干大根	ごはん 油 小麦粉 マヨネーズ 砂糖	ふりかけ	
30	火	ごはん 鶏肉の干草焼き さつまいものレモン煮 もずく酢 玉子焼き	鶏肉 卵	人参 干しいたけ いんげん レモン もずく	ごはん 油 砂糖 ごま さつまいも マヨネーズ	ふりかけ	
12月1	水	ごはん 赤魚のみりん漬け れんこん金平 ほうれん草のお浸し ポテトフライ	むつ 油揚げ	ごぼう 人参 れんこん いんげん ほうれん草	ごはん 油 砂糖 じゃがいも	ふりかけ	
2	木	お弁当の日					
3	金	ごはん 揚げ魚のおろしたれ とうふのくず煮 キャベツの胡麻和え ウィンナー	ホキ 木綿豆腐 ウィンナー	大根 小松菜 玉ねぎ 人参 しめじ しいたけ キャベツ ほうれん草	ごはん 油 砂糖 ごま ごま油	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。					
		* かまぼこ・ハム・ベーコンには卵が含まれています。					