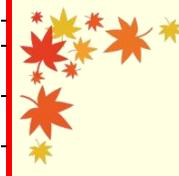


11月の予定献立

| 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | |
|--|---|---|--|---|--|---|--|--|--|
| 1日 | | 2日 | | 3日 | | 4日 | | 5日 | |
| 麦ご飯 ふのりのみそ汁 豚肉の生姜焼き ピーナッツ和え | 精白米、押麦 ふのり、大根、大根菜 豚肉、生姜、玉葱、キャベツ、 紫キャベツ、※マヨネーズ 小松菜、人参、 焼きちくわ、ピーナッツ | パン スープ チキンの黒コショウ焼き ジャーマンポテト添え 彩りサラダ | 野菜パン かぶ、レンコン、人参、パセリ 鶏肉/付:レモン、ブロッコリー、 ジャーマンポテト (じゃが芋、玉葱、ベーコン) ロメインレタス、ペビーリーフ、黄パプリカ 赤パプリカ ※サウザンドレッシングp |  文化の日 | ご飯 酸辣湯 海鮮と 野菜の炒め物 黒豚焼売 | 精白米 絹ごし豆腐、えのき、長葱、卵 エビ、イカ、白菜、青梗菜、しめじ、 木耳、ピーマン、ヤングコーン、 人参 黒豚焼売、レタス | 五穀ご飯 さつま芋のみそ汁 白身魚フライ 水菜とささみの ポン酢和え デザート | 精白米、五穀米 さつま芋、玉ねぎ、かいわれ大根 白身魚フライ キャベツ、パセリ、ミニトマト ※中濃ソースp、タルタルソースp 水菜、白しめじ、人参、 鶏ささみ、ポン酢 和製ゼリー | |
| 8日 | | 9日 | | 10日 | | 11日 | | 12日《お楽しみメニュー》 | |
| 関西風肉うどん 青のりポテト 21.5.24 果物 | うどん、牛肉、玉葱、板かまぼこ、 椎茸、ごぼう、ほうれん草、花魁 万能ねぎ じゃがいも、青のり りんご | 麦ご飯 水餃子入りスープ 麻婆豆腐 ザーサイ和え デザート | 精白米、押し麦 水餃子、木耳、豆苗 木綿豆腐、豚挽肉、ニラ、 長葱 もやし、青梗菜、えのき、人参、 ザーサイ 桃まん | パン スープ グリルドポーク ~きのこソース~ サラダ ザーサイ 果物 | 黒糖ロール、バターロール レッドキッドニー、白いんげん豆、人参、ベーコン 豚肉/ソース:マッシュルーム、しめじ パセリ /付:ポイルさつま芋、ブロッコリー レタス、サニーレタス、黄パプリカ ※フレンチドレッシング赤 キウイ | 五目炊き込みご飯 みそ汁 ほっけの塩こうじ焼き わさび和え デザート | 精白米、椎茸、舞茸、人参、つきこんにやく、 ごぼう、油揚げ、ひじき じゃが芋、わかめ、長葱 ほっけ /付:大葉、桜大根 小松菜、白菜、錦糸卵 きんとんパイ | 茄子とトマトの ミートドリア チーズ、トマト缶 彩りスープ ほうれん草の シーザーサラダ 果物 | 精白米、牛・豚挽肉、玉葱、ベーコン、 茄子、マッシュルーム、パセリ、 チーズ、トマト缶 大根、人参、インゲン、コーン、鶏肉 サラダほうれん草、ロメインレタス、 クルトン ※シーザードレッシングp ピンクグレープフルーツ |
| 15日 | | 16日 | | 17日 | | 18日 | | 19日 | |
| パン スープ 照り焼きチキン ベビーリーフの サラダ | 食パン、いちごジャム&マーガリン 小松菜、さつま芋、しめじ 鶏肉 /付:インゲンとパプリカのソテー 人参のグラッセ ベビーリーフ、リーフレタス ラディッシュ ※フレンチドレッシング白p | 五穀ご飯 スープ タラの唐揚げ ~辛味ソースがけ~ もやしのナムル | 精白米、五穀米 白菜、かにかま、ニラ タラ、ザーサイ、青梗菜、人参、 エリンギ、玉葱、竹の子、絹さや もやし、ほうれん草、人参、ぜんまい、 白ごま、韓国のみ | バエリア マカロニスープ サラダ デザート | 精白米、玉葱、ウインナー、 エビ、ホタテ、イカ、ピーマン、 赤・黄パプリカ、トマト缶、レモン ABCマカロニ、鶏肉、人参、椎茸 パセリ リーフレタス、エンダイブ、コーン、 ※おろしオニオンドレッシングp ミニデザート(ティラミス) | チャーシュー麺 点心 フルーツヨーグルト デザート | 中華麺、チャーシュー、メンマ 長ねぎ、なると、のり えび餃子、翡翠餃子、サニーレタス ※醤油パック ヨーグルト、洋梨缶、りんご缶、 ミント | 鮭ちらし丼 赤だしのみそ汁 煮物 デザート | 酢飯、鮭フレーク、 ほうれん草、錦糸卵、がり なめこ、三つ葉 笹たけのこ、人参、椎茸、 こんにやく、オランダ揚げ、絹さや わらび餅、黒蜜 |
| 22日 | | 23日 | | 24日 | | 25日 | | 26日 | |
| パン スープ ミラノ風ポークカツレツ 果物 | コッペパン、丸型レーズン 大根、ベーコン、セロリ、グリーンピース 豚肉、トマトソース(玉ねぎ) /付:マッシュポテト、 ロメインレタス、トレビス、 ラディッシュ ※イタリアンドレッシングp パナナ | 五穀ご飯 スープ タラの唐揚げ ~辛味ソースがけ~ もやしのナムル | 精白米、五穀米 白菜、かにかま、ニラ タラ、ザーサイ、青梗菜、人参、 エリンギ、玉葱、竹の子、絹さや もやし、ほうれん草、人参、ぜんまい、 白ごま、韓国のみ | ご飯 具沢山汁 いわしの梅煮 とろろなめ茸 デザート | 精白米 じゃが芋、玉ねぎ、人参、ごぼう、 油揚げ、大根菜 鰯/梅 付)しし唐 長芋、オクラ、えのき ※パック醤油 きなこプリン | かにチャーハン 中華スープ 大根とハムの和え物 デザート | 精白米、長葱、卵、カニ、カニ蒲鉾 玉葱、枝豆、味付きザーサイ 青梗菜、竹の子、針生姜、かいわれ大根 大根、ロースハム、きゅうり、 赤パプリカ、中華ごまドレッシング ワッフルチーズCa | ポンゴレビアンコ風 スパゲティ スープ アボカドと卵のサラダ | スパゲッティ、あさり、エビ、 ホタテ、玉葱、しめじ、ベーコン パセリ、鷹の爪 インゲン、人参、セロリ、鶏肉 卵サラダ、アボカド(冷)、ブロッコリー、 サラダ菜、マヨネーズ |
| 29日 | | 30日 | | 1日 | | 2日 | | 3日 | |
| ビビンバ 白湯スープ チョレギサラダ | 精白米、牛肉、ほうれん草、人参、 もやし、ぜんまい、白ごま、キムチ 小松菜、椎茸、長ねぎ レタス、水菜、海藻ミックス、 韓国のみ ※チョレギドレッシング | 麦ご飯 かき玉汁 ジンギスカン ツナとオクラの 和風マヨネーズ和え デザート | 精白米、押し麦 鶏卵、ワカメ、万能ねぎ ラム肉、キャベツ、玉葱、ピーマン、 人参、つきこんにやく、南瓜 オクラ、焼き竹輪、胡瓜、コーン、 ツナ みかんゼリー |  |  |  | | | |