

〇〇 献立表 〇〇 [常食]

区分	11月15日(月)	11月16日(火)	11月17日(水)	11月18日(木)	11月19日(金)	11月20日(土)	11月21日(日)
朝食	ご飯 カリフラワーソテー 納豆 みそ汁 牛乳	パン コーンポタージュ 根菜サラダ 牛乳	ご飯 いり豆腐 グリーンサラダ ふりかけ みそ汁 牛乳	ご飯 魚の塩焼き(さけ) 和風ドレッシング和え 味付けのり みそ汁 牛乳	パン ミネストローネ ひじきサラダ 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ フレンチサラダ ふりかけ みそ汁 牛乳	ご飯 もやしの炒め物 納豆 みそ汁 牛乳
	ご飯 和風ハンバーグ 筑前煮 ブロッコリーのサラダ フルーツ	ご飯 むつ西京焼き 刻み昆布の煮物 おろし酢和え フルーツヨーグルト	親子丼 クリーム煮 ゴマ和え フルーツ	ご飯 豆腐の華風煮 ひじきの煮物 梅肉和え しらすおろし	ご飯 チキンカツ さつま芋の甘辛煮 秋野菜のみそ汁 黒豆ヨーグルト	和風きのこ スパゲティ 酢の物 シュウマイ フルーツ	ご飯 鶏肉の南部焼き マカロニサラダ れんこんの金平 杏仁豆腐
	赤飯 白身魚ムニエル きのこソテー ポン酢和え すまし汁	五穀ごはん 豚肉オイスターソース炒め 海藻サラダ かみなりこんにゃく みそ汁	五穀ごはん さんまの蒲焼き なべしぎ もずく酢 すまし汁	麦ごはん 春巻き かんぴょうゴマ炒め とろろ芋 みそ汁	五穀ごはん 魚の柚香焼き 刻み昆布の煮物 ミモザサラダ みそ汁	五穀ごはん なすミートグラタン 甘酢漬け ゴマ和え みそ汁	五穀ごはん さわらの磯辺焼き なめ茸和え ビーンズサラダ 豚汁

