2024年11月分の献立

						1(金)	2(土)
午前						牛乳	牛乳
昼食						御飯、みそ汁(さつまいも・ ねぎ)、豚肉のしょうが焼き (たまねぎ)、にんじんのご まあえ、パイン缶	
午後						野菜もち(にんじん)	ツナパン
	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
午前			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食			三色どんぶり、みそ汁(もやし・あげ)、甘煮豆(いんげん豆)、みかん	御販、みぞ汁(豚・かは ちゃ)、小松菜のツナ酢あえ (キャベツ)、りんご、 (ス) 凍り豆腐の煮物(しめ	げ)、かじきの煮つけ、じゃ	ハリハリわかめ御飯、豆腐の シチュー、きゅうりのゆかり あえ、バナナ、鶏団子の照り 煮	
午後			米粉ドーナツ(おから・バ ナナ)	フライド大根(里芋)	かぼちゃもち(焼き)	焼きいも	トースト (じゃこ)
	10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
午前	· - · · - ·	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		きのこ御飯(鶏)、石狩汁、 ブロッコリーの玉ねぎドレッ シング、もも缶	御販、みぞ汁(豆腐・玉ねぎ)、豚肉と昆布の炒め煮 (にんじん)、ほうれん草の ナムル(コーン・ごま)、り	御飯、みそ汁(こまつな・わかめ)、さばの焼きおろし煮、れんこんのきんぴら、キウイフルーツ	御飯、コーンスープ(だいこん)、ハニースパイシーチキン、サラダと蒸し芋、みかん	御飯、すまし汁(はくさい・ いも)、炒り豆腐(ちくわひ じき)、焼きかぼちゃ天(ご ま)、バナナ	
午後		米粉蒸しパン・レーズン	ケーキ・キャロット	豆乳もち	おやつ・おさかなごはん	大根餅(切干し・えび)	おはぎ(きな粉)
					00 (2 00 0/3 0/ 0/ 0/0/ 0) (IMB) (93 T O) (0)	00100 (0.001)
	17(日)	18(月)	19(火)	20(zk)	21(木)	22(金)	23(土)
午前	17(日)	牛乳	牛乳	20(水) 牛乳	21(木) ^{牛乳}	22(金) ^{牛乳}	· ·
午前昼食					21(木) 牛乳 御飯、鷄だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青の	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ(えの き)、かじきとさつま芋のケ チャップ煮、かぶときゅうり のサラダ、もも缶	
		牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ(いも・わか め)、もやしのごま酢あえ	牛乳 御飯、みそ汁(チンゲン菜・ えのき)、鮭と切干大根のあ んかけ、ポテトサラダ、みか	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味 焼き、ほうれんそうの塩ごま	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサ	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ (えのき)、かじきとさつま芋のケチャップ煮、かぶときゅうり	
巨食午後		牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ (いも・わかめ)、もやしのごま酢あえ (ツナ)、パイン缶 米粉肉まん	件乳 御飯、みそ汁 (チンゲン菜・えのき)、鮭と切干大根のあんかけ、ポテトサラダ、みかん	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味焼き、ほうれんそうの塩ごまあえ(キャベツ)、りんご 白玉団子(ほうれん草・豆腐) 27(水)	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサラダ、おからハム れんこんチップ40g	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ (えのき)、かじきとさつま芋のケチャップ煮、かぶときゅうりのサラダ、もも缶 米粉の甘酒蒸しパン (豆乳)	23(土) 30(土)
昼食	24(日)	牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ (いも・わかめ)、もやしのごま酢あえ (ツナ)、パイン缶 米粉肉まん 25(月) 牛乳	性乳 御飯、みそ汁 (チンゲン菜・えのき)、鮭と切干大根のあんかけ、ポテトサラダ、みかん 蒸しパン・コーン 26(火) 牛乳	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味焼き、ほうれんそうの塩ごまあえ(キャベツ)、りんご 白玉団子(ほうれん草・豆腐) 27(水) 牛乳	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサラダ、おからハム れんこんチップ40g 28(木) 牛乳	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ(えの き)、かじきとさつま芋のケ チャップ煮、かぶときゅうり のサラダ、もも缶 米粉の甘酒蒸しパン(豆 乳)	23(土)
巨食午後	24(日)	牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ (いも・わかめ)、もやしのごま酢あえ (ツナ)、パイン缶 米粉肉まん 25(月) 牛乳 ひじきごはん (えび・ごま)、みそ汁 (かぼちゃ・ね)	中乳 御飯、みそ汁(チンゲン菜・ えのき)、鮭と切干大根のあ んかけ、ポテトサラダ、みかん 蒸しパン・コーン 26(火) 牛乳 御飯、みそ汁(じゃが芋・た まねぎ)、ぶりの照り焼き、 白和え(ほうれん草・にんじ ん・ごま)、みかん	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味焼き、ほうれんそうの塩ごまあえ(キャベツ)、りんご 白玉団子(ほうれん草・豆腐) 27(水) 牛乳 御飯、すまし汁(だいこん・わかめ)、豆腐の野菜そぼろ	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサラダ、おからハム れんこんチップ40g 28(木) 牛乳 御飯、みそ汁(白菜・あげ)、豚肉の香味焼き(もや	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ (えのき)、かじきとさつま芋のケチャップ煮、かぶときゅうりのサラダ、もも缶 米粉の甘酒蒸しパン (豆乳)	23(土) 30(土)
昼食 午後 午前	24(日)	牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ (いも・わかめ)、もやしのごま酢あえ (ツナ)、パイン缶 米粉肉まん 25(月) 牛乳 ひじきごはん (えび・ごま)、みそ汁 (かぼちゃ・ねぎ)、おからハム、ブロッコ	中乳 御飯、みそ汁 (チンゲン菜・えのき)、鮭と切干大根のあんかけ、ポテトサラダ、みかん 蒸しパン・コーン 26(火) 牛乳 御飯、みそ汁 (じゃが芋・たまねぎ)、ぶりの照り焼き、白和え(ほうれん草・にんじ	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味焼き、ほうれんそうの塩ごまあえ(キャベツ)、りんご 白玉団子(ほうれん草・豆腐) 27(水) 牛乳 御飯、すまし汁(だいこん・わかめ)、豆腐の野菜そぼろ煮、さつま芋のレモン煮、り	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサラダ、おからハム れんこんチップ40g 28(木) 牛乳 御飯、みそ汁(白菜・あげ)、豚肉の香味焼き(もやし)、きゅうりの酢の物(み	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ(えのき)、かじきとさつま芋のケチャップ煮、かぶときゅうりのサラダ、もも缶 米粉の甘酒蒸しパン(豆乳) 29(金) 牛乳 菜飯(小松菜)、豆腐すまし汁、田舎煮、ししゃものごま	23(土) 30(土) 牛乳 カレー風味のトマトライス、
昼食 午後 午前 昼食	24(日)	牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ (いも・わかめ)、もやしのごま酢あえ (ツナ)、パイン缶 米粉肉まん 25(月) 牛乳 ひじきごはん (えび・ごま)、みそ汁 (かぼちゃ・ねぎ)、おからハム、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	中乳 御飯、みそ汁(チンゲン菜・ えのき)、鮭と切干大根のあ んかけ、ポテトサラダ、みかん 蒸しパン・コーン 26(火) 牛乳 御飯、みそ汁(じゃが芋・た まねぎ)、ぶりの照り焼き、 白和え(ほうれん草・にんじ ん・ごま)、みかん おやつ小魚(ごま)、オレ	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味焼き、ほうれんそうの塩ごまあえ(キャベツ)、りんご 白玉団子(ほうれん草・豆腐) 27(水) 牛乳 御飯、すまし汁(だいこん・わかめ)、豆腐の野菜そぼろ煮、さつま芋のレモン煮、りんご	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサラダ、おからハム れんこんチップ40g 28(木) 牛乳 御飯、みそ汁(白菜・あげ)、豚肉の香味焼き(もやし)、きゅうりの酢の物(みかん)	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ(えのき)、かじきとさつま芋のケチャップ煮、かぶときゅうりのサラダ、もも缶 米粉の甘酒蒸レパン(豆乳) 29(金) 牛乳 菜飯(小松菜)、豆腐すまし汁、田舎煮、ししゃものごま焼き、みかん	23(土) 30(土) 牛乳 カレー風味のトマトライス、りんご、かぼちゃのスープ
昼食午後午前昼食	24(日)	牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ (いも・わかめ)、もやしのごま酢あえ (ツナ)、パイン缶 米粉肉まん 25(月) 牛乳 ひじきごはん (えび・ごま)、みそ汁 (かぼちゃ・ねぎ)、おからハム、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	中乳 御飯、みそ汁(チンゲン菜・ えのき)、鮭と切干大根のあ んかけ、ポテトサラダ、みかん 蒸しパン・コーン 26(火) 牛乳 御飯、みそ汁(じゃが芋・た まねぎ)、ぶりの照り焼き、 白和え(ほうれん草・にんじ ん・ごま)、みかん おやつ小魚(ごま)、オレ	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味焼き、ほうれんそうの塩ごまあえ(キャベツ)、りんご 白玉団子(ほうれん草・豆腐) 27(水) 牛乳 御飯、すまし汁(だいこん・わかめ)、豆腐の野菜そぼろ煮、さつま芋のレモン煮、りんご	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサラダ、おからハム れんこんチップ40g 28(木) 牛乳 御飯、みそ汁(白菜・あげ)、豚肉の香味焼き(もやし)、きゅうりの酢の物(みかん)	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ(えのき)、かじきとさつま芋のケチャップ煮、かぶときゅうりのサラダ、もも缶 米粉の甘酒蒸レパン(豆乳) 29(金) 牛乳 菜飯(小松菜)、豆腐すまし汁、田舎煮、ししゃものごま焼き、みかん	23(土) 30(土) 牛乳 カレー風味のトマトライス、りんご、かぼちゃのスープ
昼食 午後 午前 昼食	24(日)	牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ (いも・わかめ)、もやしのごま酢あえ (ツナ)、パイン缶 米粉肉まん 25(月) 牛乳 ひじきごはん (えび・ごま)、みそ汁 (かぼちゃ・ねぎ)、おからハム、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	中乳 御飯、みそ汁(チンゲン菜・ えのき)、鮭と切干大根のあ んかけ、ポテトサラダ、みかん 蒸しパン・コーン 26(火) 牛乳 御飯、みそ汁(じゃが芋・た まねぎ)、ぶりの照り焼き、 白和え(ほうれん草・にんじ ん・ごま)、みかん おやつ小魚(ごま)、オレ	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味焼き、ほうれんそうの塩ごまあえ(キャベツ)、りんご 白玉団子(ほうれん草・豆腐) 27(水) 牛乳 御飯、すまし汁(だいこん・わかめ)、豆腐の野菜そぼろ煮、さつま芋のレモン煮、りんご	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサラダ、おからハム れんこんチップ40g 28(木) 牛乳 御飯、みそ汁(白菜・あげ)、豚肉の香味焼き(もやし)、きゅうりの酢の物(みかん)	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ(えのき)、かじきとさつま芋のケチャップ煮、かぶときゅうりのサラダ、もも缶 米粉の甘酒蒸レパン(豆乳) 29(金) 牛乳 菜飯(小松菜)、豆腐すまし汁、田舎煮、ししゃものごま焼き、みかん	23(土) 30(土) 牛乳 カレー風味のトマトライス、りんご、かぼちゃのスープ
昼食 午後 午前 昼食	24(日)	牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ (いも・わかめ)、もやしのごま酢あえ (ツナ)、パイン缶 米粉肉まん 25(月) 牛乳 ひじきごはん (えび・ごま)、みそ汁 (かぼちゃ・ねぎ)、おからハム、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	中乳 御飯、みそ汁(チンゲン菜・ えのき)、鮭と切干大根のあ んかけ、ポテトサラダ、みかん 蒸しパン・コーン 26(火) 牛乳 御飯、みそ汁(じゃが芋・た まねぎ)、ぶりの照り焼き、 白和え(ほうれん草・にんじ ん・ごま)、みかん おやつ小魚(ごま)、オレ	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味焼き、ほうれんそうの塩ごまあえ(キャベツ)、りんご 白玉団子(ほうれん草・豆腐) 27(水) 牛乳 御飯、すまし汁(だいこん・わかめ)、豆腐の野菜そぼろ煮、さつま芋のレモン煮、りんご	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサラダ、おからハム れんこんチップ40g 28(木) 牛乳 御飯、みそ汁(白菜・あげ)、豚肉の香味焼き(もやし)、きゅうりの酢の物(みかん)	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ(えのき)、かじきとさつま芋のケチャップ煮、かぶときゅうりのサラダ、もも缶 米粉の甘酒蒸レパン(豆乳) 29(金) 牛乳 菜飯(小松菜)、豆腐すまし汁、田舎煮、ししゃものごま焼き、みかん	23(土) 30(土) 牛乳 カレー風味のトマトライス、りんご、かぼちゃのスープ
昼食 午後 午前 昼食	24(日)	牛乳 ドライカレーライス(厚揚 げ)、スープ (いも・わかめ)、もやしのごま酢あえ (ツナ)、パイン缶 米粉肉まん 25(月) 牛乳 ひじきごはん (えび・ごま)、みそ汁 (かぼちゃ・ねぎ)、おからハム、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	中乳 御飯、みそ汁(チンゲン菜・ えのき)、鮭と切干大根のあ んかけ、ポテトサラダ、みかん 蒸しパン・コーン 26(火) 牛乳 御飯、みそ汁(じゃが芋・た まねぎ)、ぶりの照り焼き、 白和え(ほうれん草・にんじ ん・ごま)、みかん おやつ小魚(ごま)、オレ	牛乳 御飯、豚汁、豆腐のえび風味焼き、ほうれんそうの塩ごまあえ(キャベツ)、りんご 白玉団子(ほうれん草・豆腐) 27(水) 牛乳 御飯、すまし汁(だいこん・わかめ)、豆腐の野菜そぼろ煮、さつま芋のレモン煮、りんご	21(木) 牛乳 御飯、鶏だんご鍋(はくさい)、ベイクド里芋(青のり)、にんじんとみかんのサラダ、おからハム れんこんチップ40g 28(木) 牛乳 御飯、みそ汁(白菜・あげ)、豚肉の香味焼き(もやし)、きゅうりの酢の物(みかん)	22(金) 牛乳 御飯、中華スープ(えのき)、かじきとさつま芋のケチャップ煮、かぶときゅうりのサラダ、もも缶 米粉の甘酒蒸レパン(豆乳) 29(金) 牛乳 菜飯(小松菜)、豆腐すまし汁、田舎煮、ししゃものごま焼き、みかん	23(土) 30(土) 牛乳 カレー風味のトマトライス、りんご、かぼちゃのスープ