√10 月 の 献 立 表 ●

1	_	_	27.			-	
ご飯	В	月	火	水	木	金	土
カレイの流つけ				1		_	•
おいた 日本	Promotor			ご飯	ご飯		
日菜の和え物 中心ののかり和え 下やトと玉ねぎのサラダ 味噌汁(切下) 味噌汁(回菜) 味噌汁(カンゆ塩) 味噌汁(切下) 水の大の大きり 大きつと木の大きり 大きの上の大きり 大きの上の大きりを 大きの上の大きり 大きの上の大きり 大きの上の大きり 大きの上の大きり 大きの上の大きり 大きの上の大きり 大きりが 大きり				カレイの煮つけ	チキンのバーベキューソテー	たらのホイル焼き	豚肉のスタミナ炒め
味噌汁(豆腐) 味噌汁(里芋) 味噌汁(おつゆ麸) 味噌汁(切干) 味噌汁(切干) 味噌汁(切干) 味噌汁(カンケーキ抹茶 潤元まんしゅう ビーブリバン 味しらべ 11 で		4.4		えびと卵のあっさり炒め	ほうれん草の炒め物	厚揚げそぼろ煮	南瓜のいとこ煮
10				白菜の和え物	もやしのゆかり和え	トマトと玉ねぎのサラダ	ほうれん草のお浸し
5 6 7 8 9 10 11 ご飯 下傷間と豚肉の味噌炒め さつまいも甘煮 フレンチサラダ フレンチサラダ フレンチサラダ フレンチサラダ フレンチサラダ フレンチサラダ フレンチサラダ フレーツミックス 味噌汁 (正さう) 味噌汁 (正さう) 味噌汁 (正さう) 味噌汁 (正さう) 味噌汁 (にさう) 味噌汁 (にさう) 味噌汁 (にさう) 水クテラ こしあんまんじゅう フリン バンケーキをなこ ロールケーギチョコ 日い風船 コンソメボテト 春雨中車風サラダ 味噌汁 (大根) 白菜のおかか和え すまし汁 (おつゆふ) 自なのないかりえ すまし汁 (おつゆふ) すまし汁 (おつゆふ) であるまんじゅう フリン バンケーキをなこ ロールケーギチョコ 日い風船 17 18 12 13 14 15 16 17 18 ご飯 さばの味噌煮 キャペツとキしエとの炒め物 おからサラダ すまし汁 (かきごう) 表し汁 (かきごう) すまし汁 (からの) すまし汁 (からの) すまし汁 (からの) すまし汁 (からの) すまし汁 (からの) すまし汁 (からの) すまし汁 (かきの) すまし汁 (からの) すまし汁 (からの) すまし汁 (かきの) かりの力 (水ーム) クリームコンフェ 白あんばん 抹茶まんじゅう カスタードケーキ メロンゼリー 単学の高物 早がの他番和え 味噌汁 (わかめ) すまし汁 (由なんべん) ま場け (日菜のかか) カスタードケーキ メロンゼリー 22 23 24 25 ご飯 カレイの中華音味 フス ツナじゃが きつんま子和え 味噌汁 (豆腐) 実際性汁 (かぼちゃ) 開きのかかわれえ 味噌汁 (このき) 実施汁 (日達のかり和え 味噌汁 (日速のかり和え 味噌汁 (日速のかり和え 味噌汁 (ひきの) クロスタードケーキ スターアケーキ スターアクース カルイル はたらこ炒め カレイル はたらこ炒め カレイル ロスタードケーキ スターアクーキ スターアクト スターアクーキ スターアクート				味噌汁(豆腐)	味噌汁(里芋)	味噌汁(おつゆ麩)	味噌汁(切干)
		•		パンケーキ抹茶	酒元まんじゅう	ピーナツパン	味しらべ
原揚げと豚肉の味噌炒め おタテ風フライ 力しンチサラダ カルーツミックス ほうれん草の勝利え は噌汁 (でほう) は噌汁 (でほう) なっまいも甘煮 ロールケーキチョコ ロールケーキ マータのゆかり和え マータのかりの和え マータのゆかり和え マータのゆかり和え マータのかりのがり マータのかりのがり マータのかりのがり マータのかりのがり マータのかりのがり マータのかりのがり マータのかりのがり マータのかりのがり マータのかりのでは ロールケーキバニラ 水ようかん ロールケーキバニラ 水ようかん ロールケーキバニラ 水ようかん ロールケーキバニラ 水ようかん ロールケーキバニラ 水ようかん ロールケーキバニラ 水ようかん ロールケーキバニラ マータの山の ロータの山の マータの山の マータの山の ロータの山の マータの山の マータの山の ロータの山の ロータの	5	6	7	8	9	10	11
さつまいも甘煮 フレンチサラダ カルーツミックス ほうれん草の機和え 味噌汁(なす) 中華スープ(白菜) 中華スープ(白菜) 中華スープ(白菜) 中華スープ(白菜) 中華スープ(白菜) すまし汁(次のから) すまし汁(次のから) で飯 豚肉とチングン菜の炒め物 がからサラダ ではの味噌煮 サーンボターシュ すまし汁(次のでは、味噌汁(なり) すまし汁(次のでは、味噌汁(なり) すまし汁(次のでは、味噌汁(なり) すまし汁(変の花) すまし汁(変の花) すまし汁(変の花) ないまし) で数 タラのカレームニエル は	ご飯	カレーライス	ご飯	ご飯	ご飯	焼きそば	ご飯
ではいかけらり ではいかけらい ではいけらい ではいかけらい ではいがけらい ではいかけらい ではいかけらい ではいかけらい ではいかけらい ではいかけらい ではいかけらい ではいがけらい ではい	厚揚げと豚肉の味噌炒め	ホタテ風フライ	魚の照りマヨ焼き	鶏のから揚げ	エビマヨ	えびシューマイ	たらのゆず味噌焼き
京田	さつまいも甘煮	フレンチサラダ	茄子とピーマンのみそ炒め	人参さっと煮	コンソメポテト	エンドウのサラダ	さつまいもと豚肉煮
青りんごゼリー カステラ こしあんまんじゅう ブリン パンケー丰きなこ ロールケーキチョコ 白い風船 12 13 14 15 16 17 18 ご飯 一島魚フーイ 男の角煮風 早場の角煮風 早場の角煮風 早場の角煮風 早場の高物 キャベツのゆかり和え 東京の活物 キャベツのゆかり和え 東京の活物 キャベツのゆかり和え 中での漁物 サマンゼリー フリームコンフェ 自あんばん 上来での漁物 フリームコンフェ 自あんばん 上来での漁物 フリーグリーム・ス フリームコンフェ 自あんばん 上来での他のかり和え 東京の市るみ焼き こ飯 ご飯 ご飯 <t< td=""><td>ごぼうサラダ</td><td>フルーツミックス</td><td>ほうれん草の磯和え</td><td>ブロッコリーサラダ</td><td>春雨中華風サラダ</td><td>味噌汁(大根)</td><td>白菜のおかか和え</td></t<>	ごぼうサラダ	フルーツミックス	ほうれん草の磯和え	ブロッコリーサラダ	春雨中華風サラダ	味噌汁(大根)	白菜のおかか和え
12 13 14 15 16 17 18 18	すまし汁(花ふ)		味噌汁(ごぼう)	味噌汁(なす)	中華スープ(白菜)		すまし汁(おつゆふ)
 ご飯 ご飯 ご飯 さばの味噌煮 キャン南蛮 おからサラダ 可扇田楽 おからサラダ 可扇田楽 おからサラダ すまし汁(あさり) すまし汁(京の砂水) たい焼き バームクーヘン クリームコンフェ 白あんばん 抹茶まんじゅう カスタードケーキ メロンゼリー 22 ご飯 カレイの中華香味ソース ツナじゃが ようまきと発見布煮 味噌汁(白成) かけ、かまぎと、大成の売り カンパークのとますと糸昆布煮 味噌汁(白液のかり和え 味噌汁(おかりのかり和え 味噌汁(白菜) カレイの中華香味ソース ツナじゃが はずれの産物 カレイのごま野と糸昆布煮 味噌汁(白液のかり和え 味噌汁(白液のかり和え 味噌汁(おのき) オのボの辛子和え 味噌汁(白液のかり和え 味噌汁(おのき) オのボの辛子和え 味噌汁(白液のかり和え 味噌汁(おのき) オのボのキ子和え 味噌汁(かぼちゃ) カーグルト クリームパン 黒糖まんじゅう ロールケーキバニラ 水ようかん どら焼き おかきコーンボターシュ で飯 カレイのごま和り 大場の煮物 すまし汁(とろる昆布) 味噌汁(おつゆ蒸) おかきコーンボターシュ で飯 カレフのアーとじゃこ炒め トマトサラダ すまし汁(おつゆぶ) 味噌汁(おかれる 味噌汁(カアスパラのソテートマトサラダ すまし汁(おつゆぶ) 味噌汁(カアスパラのソテートマトサラダ すまし汁(おつゆぶ) 味噌汁(カアスパラのメテートマトサラダ すまし汁(おつゆぶ) 味噌汁(カアスパラのメテートマトサラダ すまし汁(よりかぶ) 味噌汁(なめこ)りんご 	青りんごゼリー	カステラ	こしあんまんじゅう	プリン	パンケーキきなこ	ロールケーキチョコ	白い風船
さばの味噌煮 キャベッと干しエビの炒め物 おからサラダ すまし汁(かまぼこ) すまし汁(あさり) すまし汁(あさり) すまし汁(なあさり) 豚肉とチンゲン菜の炒め物 がんもの煮物 プロッコリーツナ和え すまし汁(葉の花) 豚すき風 ガフレーツミックス プレーツミックス プレーツミックス オクラと鶏の和え物 味噌汁(わかめ) 味噌汁(白はんべん) 味噌汁(白はんべん) 味噌汁(白はんべん) 味噌汁(白はんべん) 味噌汁(白草〉 キャベツのゆかり和え 味噌汁(白菜〉 たい焼き カレイの中華香味ソース ツナじゃが ほうれん草のお浸し 味噌汁(豆腐) ご飯 ホキの磯辺揚げ 切干大根の煮物 カレとニラの炒め物 白菜のゆかり和え 味噌汁(ひあう) ご飯 カレイの中華香味ソース サナときのこのサラダ 味噌汁(うのき) ご飯 ホキの磯辺揚げ 切干大根の煮物 カナときのこのサラダ 味噌汁(かぼちゃ) ご飯 カレイの中華香味)(ですいも) もやしとニラの炒め物 白菜のゆかり和え まで噌汁(ほうれん草) すまし汁(えのき) オまし汁(えのき) オまし汁(とろろ昆布) プロッコリーなめたけわえ 育まし汁(とろろ昆布) カレイのごま照り焼き のずまし汁(とろろ昆布) 中菜のゆかり和え まで割汁(じきかいもたらこ炒め すまし汁(とろろ昆布) カレイのごま照り焼き のでおいか和え まで割汁(とろろした。 すまし汁(とろろ昆布) カルイのでま照り焼き のずまし汁(えのき) すまし汁(とろろ昆布) カルイのでま の様剤・はついも) カルイのをシ ので のかかわえ まで割上)(との残) カカショーンボターシュ おかきコーンボターシュ を属と を属と を属と の素物 キャベツのごま和え みかん任 そぼろ丼 素奴 キャベツのごま和え キャベツのごま和え まのと りんこ 、味噌汁(切干) そばのの煮物 キャベツのごまれえ キャベツのごまれえ たずきし汁(なめこ)りんご を風と豚肉の煮物 パンプラン 味噌汁(なめこ)りんご を風と豚肉の煮物 キャベツララが 味噌汁(なめこ)りんご 味噌汁(じゃがいも) すまし汁(しいたけ) オラケン菜の煮物 チャグン菜のおび醤油和え すまし汁(おつゆぶ) キャベツのごまれえ まで汁・(が)フィンブラグ 味噌汁(なめこ)りんご 味噌汁(なめこ)りんご	12	13	14	15	16	17	18
キャベツと干しエビの炒め物 おからサラダ すまし汁(かまぼこ) すまし汁(あさり) すまし汁(あさり) がんもの煮物 ブロッコリーツナ和え すまし汁(葉の花) ポテトサラダ フルーツミックス 茄子の炒め煮 菜の花の袖香和え すまし汁(白はんべん) 味噌汁(白皮の) 早まの煮物 菜の花の袖香和え すまし汁(白はんべん) 味噌汁(白皮) キャベツのゆかり和え 味噌汁(白菜) 19 20 20 21 20 20 20 21 20 20 21 20 20 21 22 23 24 25 25 26 26 27 28 29 30 30 31 28 29 30 30 31 26 27 28 29 30 30 31 28 29 30 30 31 26 26 30 31 26 30 31 26 30 31 26 30 31 26 30 31 26 30 31 30 31 30 31 30 31 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40	ご飯	ご飯	ご飯	あんかけうどん	ご飯	ご飯	ご飯
おからサラダ	さばの味噌煮	チキン南蛮	豚肉とチンゲン菜の炒め物	厚焼きたまご	豚すき風	白身魚フライ	鶏の角煮風
すまし汁(かまぼこ) すまし汁(あさり) すまし汁(菜の花) 味噌汁(わかめ) すまし汁(白はんべん) 味噌汁(白菜) たい焼き バームクーヘン クリームコンフェ 白あんばん 抹茶まんじゅう カスタードケーキ メロンゼリー 19 20 21 22 23 24 25 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 力しイの中華香味ソース 豚肉とブロッコリーの炒め物 古さつま芋と糸昆布煮 なってみ手と糸昆布煮 なってみ手と糸尾布煮 なってみ手と糸尾布煮 なったみ 味噌汁(ある) カレイのごま照り焼き かんしとこうの炒め物 高野豆腐 はん はっかいもたらこ炒め 中華のかり和え 味噌汁(おのき) カレイのごま照り焼き カレイのごま照り焼き カレイのごま照り焼き カレイのごま照り焼き カレイのごま照り焼き カレイのごま照り焼き カレイのごまにりがまる まし汁(よのき) カリレイのごまにり焼き カレイのごまにり焼き カレイのごまにりがまる まし汁(よっのき) カまし汁(とろろ昆布) 味噌汁(おつゆ麸) カルイの・カレームニエル 特別のよう はっかい いんま まし汁(おっかい いんま かん) カリレイのごまにり焼き カレイのごまにりがま はっかい いた いき にゅう いんま はっかい いた かん とら焼き ない とい いた いき にゅう いんま はっかい いた がま はっかい いた いま にゅう いた	キャベツと干しエビの炒め物	豆腐田楽	がんもの煮物	ポテトサラダ	茄子の炒め煮	里芋の煮物	厚揚げの煮物
たい焼き バームクーヘン クリームコンフェ 白あんばん 抹茶まんじゅう カスタードケーキ メロンゼリー 19 20 21 22 23 24 25 ご飯 カレイの中華香味ソース ツナじゃが はこうれん草のお浸し 味噌汁(えのき) 「飯 森の花の辛子和え 味噌汁(かぼちゃ)」 ご飯 中噌汁(かぼちゃ)」 「歳のかかり和え 味噌汁(ほうれん草)」 大ときのこのサラダ は味噌汁(ほうれん草)」 「はっかかかれえ は水噌汁(ほうれん草)」 五目とろろ すまし汁(えのき)」 カナームニエル りついカイン 白菜のおかか和え は水噌汁(ほうれん草)」 古目とろろ すまし汁(えのき)」 オまし汁(とろろ昆布)」 味噌汁(おつゆ麩) 26 27 28 29 30 31 ご飯 カリフラワーとじゃこ炒め 木木の揚げ煮 アスパラのソテートマトサラダ は噌汁(じゃがいも) たろろそば 竹輪の磯辺あげ ほうれん草のしそマヨ和え みかん缶 ご飯 照り焼きハンバーグ 茄子の煮物 チンゲン菜のわさび醤油和え すまし汁(おつゆふ) そぼろ丼 素奴 キャベツのごま和え は噌汁(切干) 素如と豚肉の煮物 パンプキンサラダ は噌汁(なめこ)りんご 味噌汁(じゃがいも) すまし汁(しいたけ) 本は・バンプキンサラダ は噌汁(なめこ)りんご	おからサラダ	ごぼうの胡麻ドレ和え	ブロッコリーツナ和え	フルーツミックス	オクラと鶏の和え物	菜の花の柚香和え	キャベツのゆかり和え
19 20 21 22 23 24 25 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 かしての中華香味ソース 豚肉とブロッコリーの炒め物 カレイのごま照り焼き オまし汁(よつゆ麩) まはり、くろろをは 味噌汁(おつゆ麸) おかきコーンボタージュ おかきコーンボタージュ 本の送り 本の送り 本の送り 本のどら焼き おかきコーンボタージュ 本の送り 本のごま和え 大はりのごま和え 株噌汁(なめご)りんご 本ャベツのごま和え 本ャベツのごま和え 株噌汁(なめご)りんご 本ャベツのごま和え 株噌汁(なめご)りんご 本ャベツのごま和え 株噌汁(なめご)りんご 株噌汁(なめご)りんご 株噌汁(なめご)りんご 株噌汁(なめご)りんご まし汁(とめご)りんご まし汁(とめご)りんご まし汁(とめご)りんご またがいまたり またり	すまし汁(かまぼこ)	すまし汁(あさり)	すまし汁(菜の花)		味噌汁(わかめ)	すまし汁(白はんぺん)	味噌汁(白菜)
ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 が井の磯辺揚げ 女ラのカレームニエル もやしと二ラの炒め物 高野豆腐 鬼の花の辛子和え 味噌汁(えのき) 味噌汁(豆腐) ボキの磯辺揚げ 切干大根の煮物 りった きの心かり和え 中曜汁(ほうれん草) すまし汁(えのき) ままし汁(とろろ昆布) 味噌汁(おつゆ麩) ガロッコリーなめたけ和え すまし汁(とろろ昆布) 中曜汁(おつゆ麩) またりにゅうがいもたらこ炒め りの花 日菜のおかか和え 味噌汁(ほうれん草) すまし汁(えのき) すまし汁(とろろ昆布) 味噌汁(おつゆ麩) またりにゅうがいもごの焼き おかきコーンボタージュ とろろそば 竹輪の磯辺あげ ほうれん草のレそマヨ和え カかん缶 アスパラのソテートマトサラダ すまし汁(おつゆふ) すまし汁(おつゆふ) またいがいも) すまし汁(しいたけ) すまし汁(しいたけ) すまし汁(おつゆふ) 味噌汁(切干) 保噌汁(切干) 保噌汁(なめこ)りんご 味噌汁(なめこ)りんご ズ飯	たい焼き	バームクーヘン	クリームコンフェ	白あんぱん	抹茶まんじゅう	カスタードケーキ	メロンゼリー
カレイの中華香味ソース ツナじゃが ほうれん草のお浸し 味噌汁(豆腐) 豚肉とブロッコリーの炒め物 さつま芋と糸昆布煮 菜の花の辛子和え 味噌汁(豆腐) ホキの磯辺揚げ 切干大根の煮物 ツナときのこのサラダ 味噌汁(ほうれん草) タラのカレームニエル もやしと二ラの炒め物 白菜のゆかり和え 味噌汁(ほうれん草) 鶏肉のもろみ焼き 高野豆腐 五目とろろ すまし汁(えのき) メンチカツ じゃがいもたらこ炒め カロッコリーなめたけ和え すまし汁(とろろ昆布) 白菜のおかか和え 味噌汁(おつゆ麩) 30 27 28 29 30 31 ご飯 豆腐ハンバーグ カリフラワーとじゃこ炒め 大根サラダ 味噌汁(じゃがいも) この 下スパラのソテートマトサラダ すまし汁(しいたけ) たろろそば 竹輪の磯辺あげ ほうれん草のしそマヨ和え みかん缶 ご飯 照り焼きハンバーグ ほうれん草のしそマヨ和え みかん缶 そぼろ丼 素奴 キャベツのごま和え まし汁(切干) 栗ごはん 鮭の山路焼き キャベツのごま和え 味噌汁(切干) 会瓜と豚肉の煮物 パンプキンサラダ 味噌汁(なめこ)りんご 味噌汁(じゃがいも) すまし汁(しいたけ) すまし汁(おつゆふ) 味噌汁(切干) 味噌汁(なめこ)りんご		20	21	22	23	24	
ツナじゃが さつま芋と糸昆布煮 菜の花の辛子和え 味噌汁(豆腐) 切干大根の煮物 ツナときのこのサラダ 味噌汁(かぼちゃ) もやしと二ラの炒め物 白菜のゆかり和え 味噌汁(ほうれん草) 高野豆腐 五目とろろ すまし汁(えのき) じゃがいもたらこ炒め ブロッコリーなめたけ和え すまし汁(とろろ昆布) 卯の花 白菜のおかか和え 味噌汁(おつ炒麸) 3ーグルト クリームパン 黒糖まんじゅう ロールケーキバニラ 水ようかん どら焼き おかきコーンボタージュ 26 27 28 29 30 31 ご飯 カリフラワーとじゃこ炒め 大根サラダ 味噌汁(じゃがいも) とろろそば 竹輪の磯辺あげ ほうれん草のしそマヨ和え みかん缶 ご飯 照り焼きハンバーグ 茄子の煮物 チンゲン菜のわさび醤油和え すまし汁(おつゆふ) そばら井 ・マベツのごま和え 味噌汁(切干) 栗ごはん 鮭の山路焼き キャベツのごま和え 、味噌汁(切干) 条瓜と豚肉の煮物 パンプキンサラダ 味噌汁(なめこ)りんご 味噌汁(じゃがいも) すまし汁(おつゆふ) 味噌汁(切干) 味噌汁(なめこ)りんご	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
ほうれん草のお浸し 味噌汁(えのき) 菜の花の辛子和え 味噌汁(かぼちゃ) ツナときのこのサラダ 味噌汁(ほうれん草) 白菜のゆかり和え 味噌汁(ほうれん草) 五目とろろ すまし汁(えのき) ブロッコリーなめたけ和え すまし汁(とろろ昆布) 白菜のおかか和え 味噌汁(おつゆ麩) 3日とろろ すまし汁(えのき) すまし汁(とろろ昆布) 味噌汁(おつゆ麩) 26 27 28 29 30 31 ご飯 可腐ハンバーグ カリフラワーとじゃこ炒め 大根サラダ 味噌汁(じゃがいも) どろろそば 竹輪の磯辺あげ ほうれん草のしそマヨ和え みかん缶 ご飯 照り焼きハンバーグ 茄子の煮物 チンゲン菜のわさび醤油和え すまし汁(おつゆふ) 来ではん 無の上の上でおれる チンゲン菜のわさび醤油和え すまし汁(おつゆふ) 業瓜と豚肉の煮物 パンプキンサラダ 味噌汁(なめこ)りんご	カレイの中華香味ソース	豚肉とブロッコリーの炒め物	ホキの磯辺揚げ	タラのカレームニエル	鶏肉のもろみ焼き	メンチカツ	カレイのごま照り焼き
味噌汁(えのき) 味噌汁(豆腐) 味噌汁(かぼちゃ) 味噌汁(ほうれん草) すまし汁(えのき) すまし汁(とろろ昆布) 味噌汁(おつゆ麩) ヨーグルト クリームパン 黒糖まんじゅう ロールケーキバニラ 水ようかん どら焼き おかきコーンポタージュ 26 27 28 29 30 31 ご飯	ツナじゃが	さつま芋と糸昆布煮	切干大根の煮物	もやしとニラの炒め物	高野豆腐	じゃがいもたらこ炒め	卯の花
ヨーグルトクリームパン黒糖まんじゅうロールケーキバニラ水ようかんどら焼きおかきコーンボタージュ262728293031ご飯 豆腐ハンバーグ カリフラワーとじゃこ炒め 大根サラダ 味噌汁(じゃがいも)とろろそば 竹輪の磯辺あげ ほうれん草のレそマヨ和え みかん缶ご飯 照り焼きハンバーグ 茄子の煮物 チンゲン菜のわさび醤油和え すまし汁(おつゆふ)そぼろ丼 煮奴 キャベツのごま和え 味噌汁(切干)栗ごはん 鮭の山路焼き 冬瓜と豚肉の煮物 パンプキンサラダ 味噌汁(なめこ)りんご	ほうれん草のお浸し	菜の花の辛子和え	ツナときのこのサラダ	白菜のゆかり和え	五目とろろ	ブロッコリーなめたけ和え	白菜のおかか和え
262728293031ご飯 豆腐ハンバーグ カリフラワーとじゃこ炒め 大根サラダ 味噌汁(じゃがいも)とろろそば 竹輪の磯辺あげ ほうれん草のしそマヨ和え みかん缶ご飯 照り焼きハンバーグ 茄子の煮物 チンゲン菜のわさび醤油和え すまし汁(おつゆふ)そぼろ丼 煮奴 キャベツのごま和え 味噌汁(切干)無じの山路焼き 冬瓜と豚肉の煮物 パンプキンサラダ 味噌汁(なめこ)りんご	味噌汁(えのき)	味噌汁(豆腐)	味噌汁(かぼちゃ)	味噌汁(ほうれん草)	すまし汁(えのき)	すまし汁(とろろ昆布)	味噌汁(おつゆ麩)
ご飯 ご飯 とろろそば ご飯 そぼろ丼 栗ごはん 豆腐ハンバーグ ホキの揚げ煮 竹輪の磯辺あげ 照り焼きハンバーグ 煮奴 鮭の山路焼き カリフラワーとじゃこ炒め アスパラのソテー ほうれん草のレそマヨ和え 茄子の煮物 キャベツのごま和え 冬瓜と豚肉の煮物 大根サラダ トマトサラダ みかん缶 チンゲン菜のわさび醤油和え 味噌汁(切干) パンプキンサラダ 味噌汁(じゃがいも) すまし汁(おつゆふ) 味噌汁(なめこ)りんご	ヨーグルト	クリームパン	黒糖まんじゅう	ロールケーキバニラ	水ようかん	どら焼き	おかきコーンポタージュ
豆腐ハンバーグ ホキの揚げ煮 竹輪の磯辺あげ 照り焼きハンバーグ 煮奴 キャベツのごま和え 大根サラダ トマトサラダ すまし汁(しいたけ) すまし汁(しいたけ) すまし汁(おつゆふ) 本・ベツのごま和え 味噌汁(切干) 味噌汁(なめこ)りんご 味噌汁(なめこ)りんご		27	28	29	30	31	
カリフラワーとじゃこ炒め アスパラのソテー ほうれん草のしそマヨ和え 茄子の煮物 キャベツのごま和え 味噌汁(じゃがいも) すまし汁(しいたけ) はまし汁(しいたけ) はまし汁(おつゆふ) キャベツのごま和え 味噌汁(切干) はで パンプキンサラダ 味噌汁(なめこ)りんご	ご飯	ご飯	とろろそば	ご飯	そぼろ丼	栗ごはん	
大根サラダ トマトサラダ みかん缶 チンゲン菜のわさび醤油和え すまし汁(切干) 味噌汁(切干) パンプキンサラダ 味噌汁(じゃがいも) すまし汁(しいたけ) すまし汁(おつゆふ) 味噌汁(なめこ)りんご	豆腐ハンバーグ	ホキの揚げ煮	竹輪の磯辺あげ	照り焼きハンバーグ	煮奴	鮭の山路焼き	
味噌汁(じゃがいも) すまし汁(しいたけ) すまし汁(おつゆふ) 味噌汁(なめこ)りんご	カリフラワーとじゃこ炒め	アスパラのソテー	ほうれん草のしそマヨ和え	茄子の煮物	キャベツのごま和え	冬瓜と豚肉の煮物	
	大根サラダ	トマトサラダ	みかん缶	チンゲン菜のわさび醤油和え	味噌汁(切干)	パンプキンサラダ	
黒棒 田舎まんじゅう ドーナツ あんぱん ロールケーキコーヒー ねりきり	味噌汁(じゃがいも)	すまし汁(しいたけ)		すまし汁 (おつゆふ)		味噌汁(なめこ)りんご	
	黒棒	田舎まんじゅう	ドーナツ	あんぱん	ロールケーキコーヒー	ねりきり	

仕入れの都合により、献立は予告なく変更する場合があります。

₩ 11 月 の 献 立 表 ₩

В	月	火	水	木	金	±
						1
						ご飯
						厚揚げとエビの炒め物
		Q .	•			じゃがいもの煮物
		<i>*************************************</i>	and the same of th			マカロニサラダ
						味噌汁(キャベツ)
						味しらべ
2	3	4	5	6	7	8
ご飯	醤油ラーメン	ご飯	ご飯	ご飯	焼きそば	ご飯
魚の照りマヨ焼き	ハムカツ	豚肉と豆腐のオイスター炒め	赤魚の香味ソースかけ	白身魚フライ	えびシューマイ	チキンピカタ
もやしとひき肉炒め	大根サラダ	カリフラワーのクリーム煮	南瓜煮	冬瓜のかにあんかけ	海藻サラダ	スナップエンドウの炒め物
ごぼうサラダ	杏仁豆腐	水菜のサラダ	菜の花のおひたし	チンゲン菜のおかか和え	味噌汁(なす)	ほうれん草のおひたし
味噌汁(豆腐)		春雨スープ	味噌汁(豆腐)	味噌汁(なめこ)		コンソメスープ(玉ねぎ)
水ようかん	カステラ	ロールケーキバニラ	こしあんまんじゅう	抹茶パンケーキ	酒まんじゅう	ババロア
9	10	11	12	13	14	15
ご飯	ご飯	ご飯	カレーライス	ご飯	ご飯	ご飯
豚しゃぶ	煮込みハンバーグ	さばの塩焼き	カニクリームコロッケ	豚肉のすき煮風	チキン南蛮	揚げ出し豆腐
里芋田舎煮	ほうれん草のソテー	ホタテ風フライ	グリーンサラダ	炒り卵	かんぴょう煮	キャベツと干しエビの炒め物
ブロッコリーなめたけ和え	トマトと大葉の和え物	浅漬け風サラダ	ヨーグルト		もやしのゆかり和え	ポテトサラダ
味噌汁(ごぼう)		けんちん汁		味噌汁(あさり)	すまし汁(かまぼこ)	味噌汁(白菜)
白い風船	クリームコンフェ	黒糖まんじゅう	クリームパン	プリン	ロールケーキコーヒー	ヨーグルト
16	17	18	19	20	21	22
ご飯	炊き込みごはん	ご飯	ご飯	ご飯	そぼろ丼	ご飯
タラの塩野菜あんかけ	カレイの西京焼き	鶏の角煮	白身魚のムニエル	鶏のから揚げ	湯豆腐	カレイのたらこソースかけ
なすの煮物	南瓜のいとこ煮	じゃがいもたらこ炒め	もやしとニラ炒め	里芋の煮物	きゅうりのごま和え	舞茸とごぼう煮
キャベツとハムの和え物	白和え	菜の花の塩昆布和え	ほうれん草磯和え	ツナサラダ	味噌汁(なす)	パンプキンサラダ
味噌汁(じゃがいも)	すまし汁(花ふ) 柿	味噌汁(大根)	すまし汁(しいたけ)	味噌汁(えのき)		味噌汁(里芋)
黒棒	ねりきり	チョコパン	どら焼き	田舎まんじゅう	ドーナツ	青りんごゼリー
23	24	25	26	27	28	29
ご飯	ご飯	ご飯	ミートスパゲティ	ゆかりご飯	ご飯	ご飯
照り焼きチキン	たらのみぞれ煮	マーボー豆腐	菜の花のソテー	ホキのごま照り焼き	味噌かつ	豆腐チャンプル
コンソメポテト	豚肉といんげんの金平	さつまいもの甘煮	コールスロー	豆腐ナゲット	白菜としめじの炒め煮	ツナじゃが
かにかまサラダ		ツナときのこのサラダ	コンソメスープ(玉ねぎ)	ささみとブロッコリーのサラダ	人参サラダ	白菜のピーナツ和え
味噌汁(玉ねぎ)	味噌汁(小松菜)	中華スープ(もやし)		味噌汁(切干)	すまし汁 (白はんぺん)	味噌汁(切干)
抹茶まんじゅう	あんぱん	バームクーヘン	黒蜜きなこのパンケーキ	ロールケーキチョコ	カスタードケーキ	おかきのり塩
30						
ご飯						
豚肉の生姜焼き			•			
人参さっと煮						10 11
切干のポン酢和え						
味噌汁(わかめ)						·
メロンゼリー			_			