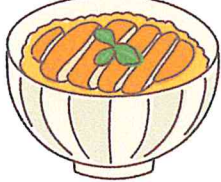
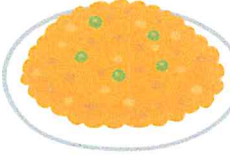


ひづけ 日付	11月2日 (日)	11月3日 (月)	11月4日 (火)	11月5日 (水)	11月6日 (木)	11月7日 (金)	11月8日 (土)
あさ 朝	ホットケーキ マーガリン カボチャ 南瓜のクリーム煮 ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 ナス 茄子のオイスター炒め ミンシル 味噌汁 (ほうれん草) ウメ 梅びしお ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン いちごジャム スクランブルエッグ きのこと玉葱の アオ 青のりソテー ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 キリボシダイコン ニモノ 切干大根の煮物 ミンシル 味噌汁 (もやし・にら) イッショク ツクダニ 一食のり佃煮 ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム ゴボウサラダ ミネストローネ ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 イト アマカラニ 糸コンの甘辛煮 ミンシル ハクサイ 味噌汁 (白菜) たいみそ ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン ピーナッツマーガリン じゃが芋の マスタードソテー コンソメスープ ギョウニウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 シロミサカナ ユウアンヤ 白身魚の幽庵焼き ツケ 付) たけのこの炒め煮 ナ ハナ サクラ 菜の花と桜えびの ア モノ 和え物 ミンシル 味噌汁 (オクラ) ふりかけ (のしごま)	ベイハン 米飯 コノ フウ お好み風オムレツ ツケ 付) 塩焼きそば キュウリ シロ 胡瓜と白きくらげの スノモノ 酢の物 ス 清まし汁 (とろろ昆布)	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉の マーマレード焼き ツケ 付) マカロニと ヤングコーンのソテー コロコロ野菜スープ ふりかけ (たまご)	チャーハン (小) ちゃんぽん ハルマ 春巻き 	かつ丼 キャベツの酢じゃこ和え アカダン トウフ 赤出汁 (豆腐) ストロベリーゼリー 	ベイハン 米飯 チキン南蛮 ツケ 付) ほうれん草のソテー ウメ ア もやしの梅ごま和え きくらげの チュウカ 中華スープ ふりかけ (野菜)	ベイハン 米飯 ホイコウロウ 回鍋肉 シュンギク 春菊のナムル ハルサメ 春雨スープ アンニンドウフ 杏仁豆腐 
ゆう 夕	ベイハン 米飯 ハッシュドポーク ツケ 付) スパゲティソテー ブロッコリーと チーズのサラダ パインゼリー 	ベイハン 米飯 サバ ニツ 鯖の煮付け ツケ ダイコン ニモノ 付) 大根の煮物 ナットウ 納豆 ス 清まし汁 (ハンペン)	ベイハン 米飯 トウフ ニク 豆腐の肉みそあんかけ オクラのごま和え カニカマと水菜の スープ くだもの (黄桃缶)	ベイハン 米飯 コーンつくね (照り焼き) ツケ 付) いんげんのソテー ピーマンのおかか和え ミンシル 味噌汁 (大根菜) ごま昆布	ベイハン 米飯 シロミ サカナ ハカタヤ 白身魚の博多焼き ツケ ダイコン キンピラ 付) 大根の金平 サトイモ ニ 里芋のくず煮 ス シル シュンギク 清まし汁 (春菊) タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 アカウオ 赤魚のみぞれ煮 (柚子風味) ユズフウミ 付) 南瓜の煮物 ツケ カボチャ ニモノ 付) 南瓜の煮物 コマツナ アブラア 小松菜と油揚げの カラシア 辛子和え ス 清まし汁 (まいたけ) ノザワナツ 野沢菜漬け	タカナ 高菜ライス ミックスフライ ミンシル 味噌汁 (菜の花) くだもの (洋梨) 
せいぶん 成分	I初* - 1669 kcal たんぱくしつ 72.7 g 脂質 54.4 g えんぶん 7.1 g	I初* - 1661 kcal たんぱくしつ 64.3 g 脂質 48.2 g えんぶん 8.9 g	I初* - 1763 kcal たんぱくしつ 74.5 g 脂質 56.8 g えんぶん 6.9 g	I初* - 1745 kcal たんぱくしつ 75.9 g 脂質 50.0 g えんぶん 11.3 g	I初* - 1749 kcal たんぱくしつ 68.9 g 脂質 61.9 g えんぶん 9.2 g	I初* - 1654 kcal たんぱくしつ 68.8 g 脂質 50.9 g えんぶん 7.3 g	I初* - 1821 kcal たんぱくしつ 61.5 g 脂質 65.5 g えんぶん 8.7 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。