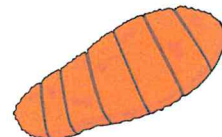
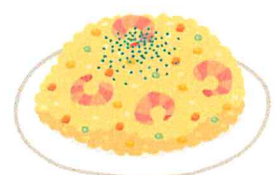


ひづけ 日付	11月23日 (日)	11月24日 (月)	11月25日 (火)	11月26日 (水)	11月27日 (木)	11月28日 (金)	11月29日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン チョコクリーム ポテトサラダ きのこスープ ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 イト アマカライタ 糸コンの甘辛炒め ミンシル 味噌汁 (オクラ) ふりかけ (おかか) ギュウニユウ 牛乳	コッペパン ミートボールの デミソース煮 ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 コウヤトウフ ニモノ 高野豆腐の煮物 ミンシル コマツナ 味噌汁 (小松菜) ノリ ツクダニ 海苔の佃煮 ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン ピーナッツマーガリン マカロニサラダ ヨーグルト ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 トウガン ニ 冬瓜のくず煮 ミンシル ソウ 味噌汁 (ほうれん草) ウメボ 梅干し ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム ブロッコリーと ウインナーのソテー ポタージュスープ ギュウニユウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 トリニク ニ 鶏肉のみぞれ煮 ユズフミ (柚子風味) ツケ サトイモ ニモノ 付) 里芋の煮物 ヘルシーサラダ ミンシル 味噌汁 (おつゆ麴) ふりかけ (のりごま)	ベイハン 米飯 とんかつ ツケ いんげんのソテー イロド 彩りサラダ ミンシル イモ 味噌汁 (さつま芋) 	ワカメハン 味噌ラーメン ア 揚げシュウマイ パインゼリー 	ベイハン 米飯 シロミサカナ 白身魚の コヤ カレーパン粉焼き ツケ 付) パセリスパゲティ チンゲンサイ サクラ 青梗菜と桜エビの ア モノ 和え物 ミンシル 味噌汁 (かぼちゃ) ふりかけ (野菜)	ベイハン 米飯 レンコンイ ヤ 蓮根入りつくね焼き テ (照り焼き) ツケ キンピラ 付) ピーマンの金平 キョウリ 胡瓜とクラゲの カラア ピリ辛和え ミンシル 味噌汁 (じゃが芋)	きのこの 炊き込みご飯 オヤコ 親子うどん ハクサイ カオ スノモノ 白菜の香り酢の物 	えびピラフ ふきとさつま揚げの煮物 ミンシル 味噌汁 (キャベツ) ピーチゼリー 
ゆう 夕	ベイハン 米飯 ミックスフライ ツケ 付) マカロニソテー センギ 千切りサラダ ジュリアンスープ	ベイハン 米飯 カイセンニコ トウフ 海鮮煮込み豆腐 もやしとツナの 和え物 くだもの (みかん)	ベイハン 米飯 ワフウ 和風オムレツ ツケ ナ ハナ 付) 菜の花のソテー キョウリ 胡瓜とわかめの アオ フウミ 青しそ風味 ス 清まし汁 (まいたけ) ヨンブ しそ昆布	ベイハン 米飯 トリニク リキウヤ 鶏肉の利休焼き ツケ タケノコキンピラ 付) 筍の金平 ナットウ 納豆 ス シル シュンギク 清まし汁 (春菊) えんぶん 塩分	ベイハン 米飯 サバ ミンニ 鯖の味噌煮 ツケ ナス ニモノ 付) 茄子の煮物 もやしのバンバンジー和え ス シル コンプ 清まし汁 (とろろ昆布) ノザワナツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 プタニク 豚肉とヤングコーンの ジャポネソテー キャベツとささみの 和え物 ハルサメ チンゲンサイ 春雨と青梗菜のスープ ふりかけ (たらこ)	ベイハン 米飯 ニクダンゴ スプタフウ 肉団子の酢豚風 いんげんのおかか和え ナットウ 納豆 ワンタンスープ ふりかけ (ビーフ)
せいぶん 成分	I初* - 1883 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.9 g ししつ 脂質 58.0 g えんぶん 塩分 7.8 g	I初* - 1598 kcal たんぱくしつ 蛋白質 57.6 g ししつ 脂質 41.1 g えんぶん 塩分 7.3 g	I初* - 1551 kcal たんぱくしつ 蛋白質 66.0 g ししつ 脂質 42.8 g えんぶん 塩分 10.0 g	I初* - 1728 kcal たんぱくしつ 蛋白質 81.6 g ししつ 脂質 53.3 g えんぶん 塩分 8.0 g	I初* - 1647 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.0 g ししつ 脂質 52.9 g えんぶん 塩分 7.4 g	I初* - 1516 kcal たんぱくしつ 蛋白質 59.8 g ししつ 脂質 34.7 g えんぶん 塩分 8.5 g	I初* - 1595 kcal たんぱくしつ 蛋白質 54.8 g ししつ 脂質 44.0 g えんぶん 塩分 8.5 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。