



11月献立表

月	火	水
	11月1日	11月2日
	ご飯 ふりかけ キャベツとベーコンのスパ 鶏の竜田揚げ 切干大根煮 さつま芋天 みかん缶 421.1 Kcal	ご飯 ふりかけ 和風スパ ヒレカツ 糸こんにちくわ煮 ボイルカリフラワーのカレー風味 ポテトサラダ 395.0 Kcal
11月7日	11月8日	11月9日
ご飯 ふりかけ 小松菜と豚肉のオイスター炒め 焼き餃子 ひじきの煮物 フレンチフライドポテト みかん缶 379.3 Kcal	ご飯 ふりかけ 八宝菜 ボイルウインナー きんぴられんこん 卵焼き キャベツとチリメンの酢物 337.0 Kcal	ご飯 ふりかけ 焼きそば 白身フライ 田舎煮 タコさんウインナー りんごのコンポート 372.1 Kcal
11月14日	11月15日	11月16日
ご飯 ふりかけ ゆかりスパ カニクリームコロッケ ほうれん草とコーンのソテー 南瓜天 春雨のツナごまサラダ 430.7 Kcal	ご飯 ふりかけ ポークチャップ しゅうまい チンゲン菜の卵とじ ちくわの磯辺天 金時豆 372.2 Kcal	ご飯 ふりかけ わかめスパ 栗かぼちゃコロッケ 絹厚揚げと鶏の煮物 プロッコリーポイル 卵シェルマカロニサラダ 426.0 Kcal
11月21日	11月22日	11月23日
	ご飯 ふりかけ ナポリタン チキンカツ さつま揚げといんげんのソテー カリフラワーポイル ほうれん草と人参のお浸し 363.3 Kcal	
11月28日	11月29日	11月30日
ご飯 ふりかけ 和風スパ からあげ 根菜煮 ボイルウインナー 金時豆 447.2 Kcal	ご飯 ふりかけ 焼きうどん ミニ牛肉コロッケ 水晶昆布とちくわの煮物 卵焼き 春雨とハムの酢物 407.7 Kcal	ご飯 ふりかけ 焼きビーフン 野菜春巻き さつま揚げとピーマンのソテー 照り焼きミートボール 南瓜サラダ 405.2 Kcal

※コロナの影響で一部の商品が品薄状態になっておりますので、急なメニュー変更をするかもしれませんがご了承下さい。