

11月の給食だより

| | 11月 4日(日) | 11月 5日(月) | 11月 6日(火) | 11月 7日(水) | 11月 8日(木) | 11月 9日(金) | 11月 10日(土) |
|----|--|---|---|---|--|--|--|
| 朝食 | ソーセージステーキ 惣菜 453kcal・15g・10g | かぼちゃフライ のり佃煮御飯 惣菜 390kcal・11g・5g | きのこ卵焼き 梅シソ御飯 惣菜 446kcal・17g・8g | 枝豆しんじょう 405kcal・15g・11g | チキンナゲット 486kcal・15g・20g | キーウイサラダ 322kcal・10g・6g | ミートボール たいみそ御飯 惣菜 434kcal・14g・7g |
| 昼食 | 海老のカルパッチョ フルーツ杏仁豆腐 焼きちゃんぽん 472kcal・26g・8g | さんまの蒲焼き さつま芋サラダ 616kcal・18g・24g | シーザサラダ 肉じゃが グラタン 568kcal・27g・18g | チキンピカタ パスタ添え ツナのカレー炒め 639kcal・24g・19g | 筑前煮 親子丼 594kcal・23g・14g | サーモンのカルパッチョ ヨーグルトサラダ 塩焼きそば 716kcal・24g・24g | <ふれあい祭>  |
| 間食 | ミルクティー 肉まん | 紅茶 クッキー詰め合わせ | コーヒー 菓子パン | カルピス せんべい | 麦茶 どら焼き | ミルクティー スナック | |
| 夕食 | 豚角煮 茄子中華炒め 六種野菜御飯 533kcal・19g・18g | 竹輪磯辺揚げ フルーツホイップ 肉みそうどん 501kcal・18g・15g | 鶏チューリップ揚げ 蒸きのご和え 494kcal・15g・15g | 豚バラ大根 石狩御飯 ゆで卵サラダ 614kcal・22g・27g | 白身魚の甘酢和え ブロッコリーサラダ 513kcal・18g・14g | チキンカツ 桜海老の金平 636kcal・23g・22g | フライドチキン けんちんうどん 杏仁みかん 564kcal・19g・14g |
| | 11月 11日(日) | 11月 12日(月) | 11月 13日(火) | 11月 14日(水) | 11月 15日(木) | 11月 16日(金) | 11月 17日(土) |
| 朝食 | ポイルウイナー 惣菜 494kcal・15g・12g | 納豆和え 浅漬け 442kcal・15g・5g | シューマイ 惣菜 422kcal・15g・8g | ハムソテー 387kcal・13g・14g | ウイナードーム オムレツ 409kcal・16g・10g | オムレツ 434kcal・15g・19g | ウイナー炒め たいみそ御飯 惣菜 505kcal・17g・11g |
| 昼食 | 鶏ササミ梅立田揚げ 五目ラーメン ムースの果物添え 749kcal・29g・27g | ミックスビーンズサラダ チキンドリ 洋梨のゼリー添え 668kcal・22g・16g | 魚のマスタード焼き パンサンスー 537kcal・23g・12g | 鮭のガーリックソテー ひじきとさつま芋煮物 510kcal・20g・8g | ひじきと蕎麦サラダ 抹茶ゼリー添え たれカツ丼 660kcal・25g・14g | 温野菜のチーズサラダ ハンバーグカレー コーンフレーク和え 724kcal・23g・23g | 豚しゃぶサラダ フルーツゼリー たらこパスタ 605kcal・22g・20g |
| 間食 | 麦茶 アメリカンドッグ | ミルクティー ロールケーキ | カフェ・オ・レ スナック | 紅茶 コンフエ | 麦茶 マーラーカオ | コーヒー 菓子パン | 紅茶 シュークリーム |
| 夕食 | ポーチドエッグ サラダ 焼きおにぎり カクテルゼリー ボンチ 592kcal・17g・8g | 白身魚の甘酢煮 そぼろ丼 ヨーグルト和え 540kcal・24g・8g | とびっこのオーロラサラダ ほうとうどん 桃のヨーグルトソースかけ 491kcal・16g・10g | 牛蒡とナッツ サラダ 麻婆丼 ホイップ和え 586kcal・19g・20g | 白身魚の野菜ソースかけ ポテトサラダ 454kcal・18g・9g | 海老カツ わさび和え 480kcal・13g・9g | 鶏唐のチリソース煮 昆布炒め煮 521kcal・17g・17g |