

# 11月献立

《秋の行事食》

平成30年11月1日(木)	平成30年11月2日(金)	平成30年11月3日(土)	平成30年11月4日(日)
ご飯 ごぼう炒め煮 グリーンサラダ 味噌汁 ホホワイトアップル 373kcal	ご飯 さつま揚げ炒め スパゲティサラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 465kcal	ご飯 焼き豆腐煮 金時豆 味噌汁 牛乳 462kcal	ご飯 はんぺん煮付け 卵の花 味噌汁 ホホワイトアップル 434kcal

《カレーの日》

平成30年11月5日(月)	平成30年11月6日(火)	平成30年11月7日(水)	平成30年11月8日(木)	平成30年11月9日(金)	平成30年11月10日(土)	平成30年11月11日(日)
ご飯 里芋炒り煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 412kcal	パン ウインナーソーテー ポテトサラダ コーンスープ 牛乳 585kcal	ご飯 なすの生姜炒め オニオンライス 味噌汁 ヨーグルト 385kcal	ご飯 もやしのソーテー 佃煮 味噌汁 ホホワイトアップル 420kcal	カニ雑炊 ちくわの炒め煮 もずく酢 乳酸菌飲料 401kcal	ご飯 キャベツのソーテー パンプキンサラダ 味噌汁 牛乳 530kcal	ご飯 さつま揚げ炒め いんげんのごま和え 味噌汁 ホホワイトアップル 396kcal

《ごちそうの日》

平成30年11月12日(月)	平成30年11月13日(火)	平成30年11月14日(水)	平成30年11月15日(木)	平成30年11月16日(金)	平成30年11月17日(土)	平成30年11月18日(日)
ご飯 じゃが芋煮つけ 胡瓜の酢の物 味噌汁 乳酸菌飲料 402kcal	パン ブロッコリーとベーコンのソーテー ポテトサラダ 南瓜のポタージュ 牛乳 559kcal	ご飯 さつま芋の金平 もやしのナムル 味噌汁 ヨーグルト 463kcal	ご飯 エビとほうれん草の炒め物 もやしのお浸し 味噌汁 ホホワイトアップル 362kcal	ご飯 じゃが芋煮つけ ひじきと枝豆のサラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 435kcal	ご飯 卵豆腐のかにあんかけ はるさめサラダ 味噌汁 牛乳 527kcal	ご飯 えび団子煮 小松菜の辛子和え 味噌汁 ホホワイトアップル 381kcal

《郷土料理・富山》

平成30年11月19日(月)	平成30年11月20日(火)	平成30年11月21日(水)	平成30年11月22日(木)	平成30年11月23日(金)	平成30年11月24日(土)	平成30年11月25日(日)
ご飯 なすの生姜炒め 胡瓜もろみ和え 味噌汁 乳酸菌飲料 392kcal	パン アスパラソーテー ポテトサラダ コーンスープ 牛乳 552kcal	ご飯 卵とじ いんげんのドレッシング和え 味噌汁 ヨーグルト 416kcal	ご飯 高野豆腐煮 なすのごま和え 味噌汁 ホホワイトアップル 383kcal	五目雑炊 小松菜の炒め煮 五目豆 乳酸菌飲料 417kcal	ご飯 厚焼き卵 もずく酢 味噌汁 牛乳 474kcal	ご飯 ほうれん草の煮びたし カニ風味サラダ 味噌汁 ホホワイトアップル 385kcal

《カレーの日》

平成30年11月26日(月)	平成30年11月27日(火)	平成30年11月28日(水)	平成30年11月29日(木)	平成30年11月30日(金)
ご飯 里芋炒り煮 中華サラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 436kcal	パン ミニオムレツ スパゲティサラダ コーンスープ 牛乳 539kcal	ご飯 さつま揚げの糸昆布煮 金時豆煮 味噌汁 ヨーグルト 464kcal	ご飯 いんげん生姜炒め 卵の花 味噌汁 ホホワイトアップル 424kcal	ご飯 ちくわとひじきの炒め煮 海藻サラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 393kcal

