

献立表

慶和会 花いちもんめ
2024/11/1~2024/11/30

★新メニュー

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|--------|---|---|--|---|--|--|---|--|
| 屋 食 | | | | | | | 1 | 2 |
| | | | | | | | ソース焼きそば フルーツヨーグルト かき玉汁 <small>エネルギー 536kcal 蛋白質 18.7g 脂質 11g 食塩 3g</small> | 麻婆豆腐丼 しらす干しの和え物 春雨スープ <small>エネルギー 492kcal 蛋白質 20.8g 脂質 16.6g 食塩 2.9g</small> |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | | |
| 屋 食 | 御飯 魚の味噌照り焼き(クロムツ) 枝豆と豆腐のしんじょ 三色煮豆 すまし汁 <small>エネルギー 673kcal 蛋白質 23.9g 脂質 14.2g 食塩 4.2g</small> | きのごカレー リンゴとキャベツのサラダ わかめスープ <small>エネルギー 654kcal 蛋白質 16.9g 脂質 19.5g 食塩 4.6g</small> | 御飯 煮魚(赤魚) からし和え 梅干し みそ汁 <small>エネルギー 450kcal 蛋白質 21.5g 脂質 3.5g 食塩 3.9g</small> | きつねうどん なすの田楽 オレンジ <small>エネルギー 430kcal 蛋白質 12.8g 脂質 13.6g 食塩 3.2g</small> | 御飯 白身魚の唐揚げ 薬味ソース カボチャとレーズンのサラダ 漬物 みそ汁 <small>エネルギー 581kcal 蛋白質 21.2g 脂質 10.6g 食塩 4.5g</small> | 御飯 チキン南蛮 大根サラダ 漬物 みそ汁 <small>エネルギー 632kcal 蛋白質 24g 脂質 21.7g 食塩 2.7g</small> | 栗ごはん 焼魚(鯖) 切干大根いり 白菜つけ みそ汁 <small>エネルギー 552kcal 蛋白質 22g 脂質 15.8g 食塩 4.4g</small> | |
| | バニラアイス | バウムクーヘン | 生チョコケーキ | どら焼き(こしあん) | ドームケーキ(チョコ) | クレープ(いちご) | プリン | |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | | |
| 屋 食 | 御飯 メンチカツの甘辛煮 胡瓜とみかんおろし和え しそ昆布 みそ汁 <small>エネルギー 527kcal 蛋白質 14.9g 脂質 9.2g 食塩 4.1g</small> | ちらしずし 厚揚げとぜんまいの煮物 すまし汁 <small>エネルギー 440kcal 蛋白質 18.4g 脂質 8.7g 食塩 3.3g</small> | 醤油ラーメン 肉シューマイ 果物 <small>エネルギー 499kcal 蛋白質 21.4g 脂質 14.6g 食塩 7.6g</small> | 御飯 魚の照り焼き 煮物 梅干し みそ汁 <small>エネルギー 475kcal 蛋白質 22g 脂質 5.2g 食塩 4.4g</small> | まいたけご飯 鶏肉の黒酢照り焼き お浸し 漬物 みそ汁 <small>エネルギー 459kcal 蛋白質 21.5g 脂質 9.3g 食塩 3.3g</small> | 御飯 おろし煮魚(カレイ) ポテト金平 ふりかけ みそ汁 <small>エネルギー 553kcal 蛋白質 22.6g 脂質 12.9g 食塩 3.2g</small> | 御飯 豚肉のブルコギ風 柚香和え 漬物 みそ汁 <small>エネルギー 527kcal 蛋白質 18.2g 脂質 13.5g 食塩 3.3g</small> | |
| | ラフランスゼリー | パウンドケーキ(チョコ) | 人形焼き | ドームケーキ(いちご) | どら焼き(ずんだ) | ブッセ(バニラ) | クレープ(チョコ) | |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | | |
| 屋 食 | 御飯 魚のムニエル(たら) お浸し 漬物 みそ汁 <small>エネルギー 501kcal 蛋白質 20.9g 脂質 10.5g 食塩 2.4g</small> | 御飯 和風おろしハンバーグ 卵入りマカロニサラダ 漬物 みそ汁 <small>エネルギー 607kcal 蛋白質 18.8g 脂質 15.5g 食塩 2.7g</small> | チキンカレー ボイルサラダ キャベツのスープ <small>エネルギー 621kcal 蛋白質 17.1g 脂質 17.7g 食塩 4.9g</small> | 中華丼 お浸し みそ汁 <small>エネルギー 462kcal 蛋白質 22.6g 脂質 10.7g 食塩 4.1g</small> | 御飯 魚の香り焼き(カマス) かぼちゃのそぼろあんかけ ふりかけ かき玉汁 <small>エネルギー 584kcal 蛋白質 24.4g 脂質 11.4g 食塩 4.1g</small> | チャーハン スープギョウザ 杏仁フルーツ <small>エネルギー 455kcal 蛋白質 13.4g 脂質 10.1g 食塩 3.2g</small> | なめこそば なすのエビはさみ揚げ バナナ <small>エネルギー 466kcal 蛋白質 16.1g 脂質 11.5g 食塩 3.1g</small> | |
| | 水ようかん | ミニたい焼き | フルーツみつ豆 | 栗まんじゅう | ミニカツプマフィン | ドームケーキ(カスタード) | りんごゼリー | |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| 屋 食 | 御飯 じゃがいもと豚ばら肉の照り煮 中華和え 漬物 みそ汁 <small>エネルギー 528kcal 蛋白質 15.3g 脂質 12.3g 食塩 3.2g</small> | おにぎり(みそ・梅しらす) 盛り合わせ お浸し 漬物 山形風芋煮 <small>エネルギー 597kcal 蛋白質 24.2g 脂質 13.2g 食塩 4.3g</small> | 御飯 鶏肉のみそ焼き 卵豆腐のかにあんかけ 煮豆 すまし汁 <small>エネルギー 650kcal 蛋白質 33.9g 脂質 16g 食塩 3.7g</small> | 御飯 粕漬焼き(カマス) 筑前煮 白菜つけ みそ汁 <small>エネルギー 506kcal 蛋白質 22.2g 脂質 9.3g 食塩 3.1g</small> | ★肉うどん さつま芋と昆布の煮物 果物 <small>エネルギー 510kcal 蛋白質 16.2g 脂質 17.7g 食塩 3.1g</small> | 御飯 ロールキャベツのクリームシチュー コロツケ キウイフルーツ <small>エネルギー 607kcal 蛋白質 12.3g 脂質 17.4g 食塩 3.2g</small> | 御飯 がれいの煮付け 白和え しそ昆布 みそ汁 <small>エネルギー 496kcal 蛋白質 26.6g 脂質 7.8g 食塩 3.7g</small> | |
| | チョコムース | どら焼き(カスタード) | ドームケーキ(こしあん) | クレープ(カスタード) | ピーチゼリー | カクテルゼリー | ブッセ(チョコ) | |

※仕入れの状況により、メニューが変更になる場合があります。

