

# 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>
***							いちごムース	マンゴーゼリー
屋 食	3	4	5	6	7	8	9	
	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	
屋 食	10	11	12	13	14	15	16	
	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>	またいたご飯 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)	
屋 食	17	18	19	20	21	22	23	
	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 ポイルサラダ 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	
屋 食	24	25	26	27	28	29	30	
	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。

