

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	10月28日(日)	10月29日(月)	10月30日(火)	10月31日(水)	11月1日(木)	11月2日(金)	11月3日(土)
朝食	ロールパン コンソメスープ ウインナー ブロッコリーサラダ ブルーベリージャム	御飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 納豆 漬け物	御飯 みそ汁 ごぼうの当座煮 小松菜のごま和え あめの佃煮	御飯 みそ汁 卵の花の炒り煮 白菜のポン酢和え 焼きたらこ	御飯 みそ汁 白菜のひき肉煮 がんと煮 梅干し	ご飯 みそ汁 べっこう煮 小松菜のお浸し 海苔佃煮	ご飯 みそ汁 キャベツとハム炒め 胡瓜のなめたけ和え しらす干し
	ひじきご飯 みそ汁 かれいの香り蒸し かわり金平 青梗菜のきのこ和え	三色丼 みそ汁 ひじきと大豆の煮物 大学芋	御飯 みそ汁 白身魚の西京焼き 高野豆腐の含め煮 キウイ	ロールパン ホワイトシチュー ミートボール アセロラゼリー	赤飯 みそ汁 さばの幽庵焼き 南瓜煮 ほうれん草のお浸し	ご飯 みそ汁 鶏のから揚げ 白菜の煮浸し りんご	長崎ちゃんぽん 焼きぎょうざ みかん
おやつ	フルーチェ	原宿ドック	どら焼き	人形焼き	黒ゴマまんじゅう	スイスロール	抹茶あずき
夕食	ご飯 みそ汁 スパニッシュオムレツ 切り干し大根の煮物 みかん	ご飯 中華スープ 鶏肉の黒酢あんかけ シューマイ 大根の青じそサラダ	御飯 みそ汁 豚肉の山賊焼き 根菜煮 黒蜜寒天	ご飯 みそ汁 鮭の南蛮漬け 豚肉と舞茸の煮物 オレンジ	ご飯 みそ汁 牛皿 和風サラダ 柿	ご飯 みそ汁 さわらの粕漬け焼き 大根のそぼろ煮 もやしの梅肉和え	御飯 みそ汁 ピーマンの肉詰め さつまいものこぶ煮 ジャム入りヨーグルト

※ 食品の発注状況等により、献立が変更になる事があります。