

# みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)	11月1日(金)	11月2日(土)
<b>朝食</b>	ご飯 みそ汁  高野豆腐の煮物 うぐいす豆 漬け物	ご飯 みそ汁  キャベツの煮びたし 納豆 海苔佃煮	ご飯 みそ汁  いわしのおかか煮 もずく 梅干し	ご飯 みそ汁  はんぺんの野菜煮込み ウインナー 漬け物	ご飯 みそ汁  べっこう煮 厚焼玉子 たいみそ	ご飯 みそ汁  卵の花の炒り煮 キャベツのおかか和え 漬け物	ご飯 みそ汁  炒り卵 ほうれん草のマグロフレーク和え たらこ
<b>昼食</b>	カニあんかけチャーハン 中華スープ  焼き餃子 青梗菜の中華和え	カレーライス コンソメスープ  フレンチサラダ バナナ	ご飯 みそ汁  たらの野菜あんかけ かわり金平 りんご	三色丼 みそ汁  ツナサラダ フルーチェ	ご飯 かぼちゃのスープ  鶏肉の香草パン粉焼き ポトフ オレンジ	赤飯 すまし汁  鶏肉の朴葉味噌焼き さつま芋の昆布煮 大根の甘酢漬	野菜たっぷりうどん  千草焼 みかん
<b>おやつ</b>	ヨーグルト	バナナカステラ	オレンジケーキ	ワッフル	ハロウィン和菓子	人形焼き	ヨーグルト
<b>夕食</b>	ご飯 みそ汁  鮭のちゃんちゃん焼き がんもの煮物 胡瓜の梅肉和え	うどん めんつゆ  親子煮 さつま揚げの煮物 ほうれん草のごま和え	ご飯 みそ汁  鶏肉の塩こうじ焼き なすみそ炒め 菜種和え	ご飯 みそ汁  さんまの塩焼き 高野豆腐の煮物 胡瓜とわかめの酢の物	ご飯 みそ汁  白身魚の黄金焼き 春雨のひき肉野菜あん 小松菜のお浸し	ご飯 みそ汁  さばの塩焼き がんもの煮物 もやしの梅肉和え	ご飯 みそ汁  ほっけのみりん焼き 里芋のそぼろ煮 青梗菜とハムの和え物

※ 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。