

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	11月10日(日)	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)	11月16日(土)
朝食	ご飯 みそ汁 にしんの甘露煮 うぐいす豆 漬け物	ご飯 みそ汁 レバーの甘辛煮 もずく たいみそ	ご飯 みそ汁 べっこう煮 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 切干大根の煮物 胡瓜とみかんの酢の物 いりみそ	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 白菜のゆかり和え 海苔佃煮	ご飯 みそ汁 炒り卵 旨塩キャベツ 梅干し	ご飯 みそ汁 卵の花の炒り煮 もやしの梅肉和え 漬け物
昼食	ご飯 みそ汁 たちうおのおろしポン酢 五目豆 ブロッコリーのじゃこ和え	ご飯 すまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き 厚揚げの煮物 小松菜の辛子和え	カレーライス コンソメスープ スパゲティサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ りんご	ご飯 みそ汁 さわらの梅ネギだれ さつま芋のレーズン煮 青梗菜のきのこ和え	ご飯 みそ汁 ほっけのみりん焼き 春雨の挽肉野菜あんかけ オレンジ	ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 白菜と豚肉の炒め煮 フルーツ寒天
おやつ	ヨーグルト	クリームサンド	オレンジケーキ	ぼたぼた焼き	乳菓まんじゅう	オレンジケーキ	ヨーグルト
夕食	ご飯 中華スープ かに玉 揚げ茄子の中華たれかけ マンゴープリン	ご飯 セロリのスープ ハンバーグきのこソース ポトフ レモネードゼリー	ご飯 みそ汁 白身魚の黄金焼き かぼちゃとひじきの炒め煮 キウイフルーツ	ご飯 みそ汁 さんまの塩焼き おでん ほうれん草のお浸し	ご飯 トマトスープ キッシュ風オムレツ ツナサラダ いちごみるくプリン	うどん めんつゆ 天ぷらの盛り合わせ 肉じゃが 小松菜のお浸し	ご飯 春雨スープ タンドリーチキン マカロニサラダ ブロッコリーのガーリックソテー

※ 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。