

令和5年11月 献立表

	11月19日(日)	11月20日(月)	11月21日(火)	11月22日(水)	11月23日(木)	11月24日(金)	11月25日(土)
朝食	ストロベリーツイスト	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	ソーセージサラダ	漬物	ジャム	昆布佃煮	ジャム 	漬物	漬物
	牛乳	大根菜の炒め物	しろ菜ソテー	いか団子の旨煮	スープ煮 	炒り卵	ちくわとじゃがいもの煮物
	果物	果物	牛乳 	果物	牛乳	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト 	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	427Kcal 1.0g	298Kcal 2.1g	492Kcal 1.7g	340Kcal 3.1g	454Kcal 1.3g	345Kcal 2.1g	296Kcal 2.3g
昼食	【お誕生日会】 	御飯	御飯	【駅弁の日】栃木県・東武日光駅「日光鶏めし」	御飯	おにぎり	ビビンバ丼
	御飯	鶏肉のトマトソースがけ	蒸し豚のねぎソース	鶏めし	カレーコロッケ	たぬきそば	シューマイ
	ミートローフ	添え(グラッセ)	添え(もやし)	鶏の唐揚げ	添え(キャベツ)	豚の角煮	中華スープ
	添え(彩野菜)	ジャーマンポテト	かぼちゃ煮	煮物 	アスパラソテー	しろ菜のツナ和え	フルーツポンチ
	スナップエンドウのガーリック炒め	アスパラのマヨ和え	春雨梅ドレ和え	ポテトサラダ	カリフラワードレ和え		
	カリフラワーのマリネ	コンソメスープ 	味噌汁 	厚焼き玉子	コンソメスープ 		
	コンソメスープ 			漬物・清汁・果物			
	610Kcal 1.7g	679Kcal 3.2g	511Kcal 2.8g	875Kcal 3.8g	587Kcal 2.0g	623Kcal 2.9g	623Kcal 2.3g
夕食	御飯	御飯	菜飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	牛肉の生姜炒め	白身魚の磯辺焼き	ベーコンときのこのキッシュ	あじの野菜あんかけ	牛肉のしぐれ煮	鶏の山椒焼き	さけの酒蒸し
	さつま芋の煮物	添え(ししとう)	添え(スナップエンドウ)	厚揚げのそぼろ炒め	れんこんの金平	添え(ブロッコリー)	添え(豆腐・白菜)
	きゅうりの昆布和え	ぜんまいの炒り煮	ズッキーニのソテー	小松菜のドレ和え	春菊の柚香和え	なすの揚げ浸し	ひじき煮
	清汁 	ほうれん草のお浸し	海藻サラダ	味噌汁 	豚汁 	いんげんの和え物	かぶのマヨ和え
		かす汁 	コーンスープ			味噌汁 	味噌汁
	618Kcal 2.7g	544Kcal 2.1g	670Kcal 3.9g	568Kcal 2.5g	567Kcal 2.4g	608Kcal 2.9g	599Kcal 3.4g
総合計	1655Kcal 5.4g	1521Kcal 7.4g	1673Kcal 8.4g	1783Kcal 9.4g	1608Kcal 5.7g	1576Kcal 7.9g	1518Kcal 8.0g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。