

令和2年11月 献立予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2日 ご飯 ハンバーグ 切干大根のコンソメ煮 もずく酢 味噌汁	3日 ご飯 魚の中華蒸し 大豆の昆布煮 タルタル和え 味噌汁	4日 ご飯 関東煮 春雨サラダ フルーツ 味噌汁	5日 ご飯 唐揚げ 玉ねぎの甘辛煮 おろし酢和え 味噌汁	6日 さつまいご飯 更紗焼き 炒り鶏煮 浅漬け 味噌汁	7日 ご飯 冬瓜のそぼろ煮 ツナサラダ フルーツ カレーうどん
9日 ご飯 天ぷら ごま豆腐 温野菜サラダ かきたま汁	10日 松茸ご飯 そぼろしんじょ ふきの土佐煮 フルーツ 茶碗蒸し	11日 ご飯 鶏ちゃん風 こがね芋 酢の物 味噌汁	12日 ご飯 魚の西京焼き じゃが芋のミルク煮 ナムル 味噌汁	13日 ご飯 ぜんまいの煮物 白和え フルーツ 味噌ラーメン	14日 ご飯 鶏肉の治部煮 カリフラワーのコーン焼き 土佐酢和え 味噌汁
16日 サンマご飯 だし巻き卵 冬瓜の中華煮 フルーツ さつまい	17日 ご飯 ぶり大根 野菜ソテー 酢味噌和え 味噌汁	18日 ご飯 鯖の生姜煮 切干大根とひじきの煮物 塩昆布和え 味噌汁	19日 そぼろ丼 茄子の味噌炒め マカロニサラダ フルーツ 味噌汁	20日 ご飯 松風焼き 大豆のトマト煮 ごま辛子和え コンソメスープ	21日 ご飯 白身フライ 里芋のそぼろ煮 おかか和え 味噌汁
23日 ご飯 葱とろ 根菜と豚肉の旨煮 中華和え 味噌汁	24日 ご飯 プルコギ 南瓜の昆布煮 大根サラダ 味噌汁	25日 カレーライス 五目炒り玉子 海藻サラダ 福神漬け 沢煮汁	26日 ご飯 煮浸し 胡麻よごし フルーツ きつねうどん	27日 ご飯 揚げ出し豆腐 ごぼうと竹輪の炒め煮 ゆかり酢和え 味噌汁	28日 ご飯 八宝菜 甘酢肉団子 みぞれ和え もずくスープ
30日 ご飯 鶏肉の治部煮 カリフラワーのコーン焼き 土佐酢和え 味噌汁	  				