

いつき 2024年11月献立表(後半) ※食材の仕入れ状況により、内容は変更する場合がございます。

		肉	エネルギー (kcal)	魚	エネルギー (kcal)	丼物	エネルギー (kcal)	ルウ物	エネルギー (kcal)	麺類	エネルギー (kcal)
16	土	牛肉のしぐれ煮 麩の卵とじ ほうれん草の白和え ご飯 汁物 漬物	622	赤魚のみりん焼き 麩の卵とじ ほうれん草の白和え ご飯 汁物 漬物	505	中華丼 麩の卵とじ ほうれん草の白和え 汁物 漬物	542	肉団子のシチュー 麩の卵とじ ほうれん草の白和え ご飯 汁物 漬物	738	カレーきしめん 麩の卵とじ ほうれん草の白和え ご飯 漬物	485
18	月	豚肉のごま炒め 竹輪の煮物 菜の花のサラダ ご飯 汁物 フルーツ	604	カニクリームコロッケ 竹輪の煮物 菜の花のサラダ ご飯 汁物 フルーツ	694	親子丼 竹輪の煮物 菜の花のサラダ 汁物 フルーツ	585	ビーフシチュー 竹輪の煮物 菜の花のサラダ ご飯 汁物 フルーツ	697	肉うどん 竹輪の煮物 菜の花のサラダ ご飯 フルーツ	479
19	火	チキンステーキ がんもの煮物 もやしのゆかり和え ご飯 汁物 漬物	578	鯖の竜田揚げ がんもの煮物 もやしのゆかり和え ご飯 汁物 漬物	633	豚丼 がんもの煮物 もやしのゆかり和え 汁物 漬物	546	ビーフシチュー がんもの煮物 もやしのゆかり和え ご飯 汁物 漬物	672	おぼろ昆布そば がんもの煮物 もやしのゆかり和え ご飯 漬物	401
20	水	牛肉じゃが かぶのカニあんかけ わかめの生姜和え ご飯 汁物 フルーツ	614	白身魚のパン粉焼き かぶのカニあんかけ わかめの生姜和え ご飯 汁物 フルーツ	528	木の葉丼 かぶのカニあんかけ わかめの生姜和え 汁物 フルーツ	473	ビーフシチュー かぶのカニあんかけ わかめの生姜和え ご飯 汁物 フルーツ	639	あんかけパスタ かぶのカニあんかけ わかめの生姜和え ご飯 フルーツ	528
21	木	手羽先風から揚げ 里芋の煮ころがし チンゲン菜のあえ物 ご飯 汁物 漬物	666	めばるの更紗蒸し 里芋の煮ころがし チンゲン菜のあえ物 ご飯 汁物 漬物	459	焼肉丼 里芋の煮ころがし チンゲン菜のあえ物 汁物 漬物	573	シーフードカレー 里芋の煮ころがし チンゲン菜のあえ物 汁物 漬物	602	中華風にゆう麺 里芋の煮ころがし チンゲン菜のあえ物 ご飯 漬物	428
22	金	ハンバーグ 白菜の煮浸し 温泉卵 ご飯 汁物 フルーツ	634	しらす丼 白菜の煮浸し 温泉卵 ご飯 汁物 フルーツ	468	焼き鳥丼 白菜の煮浸し 温泉卵 汁物 フルーツ	565	シーフードカレー 白菜の煮浸し 温泉卵 汁物 フルーツ	646	焼きそば 白菜の煮浸し 温泉卵 ご飯 フルーツ	481
23	土	豚肉の野菜炒め ひじき煮 ポテトサラダ ご飯 汁物 漬物	645	ちゃんちゃん焼き ひじき煮 ポテトサラダ ご飯 汁物 漬物	618	衣笠丼 ひじき煮 ポテトサラダ 汁物 漬物	643	シーフードカレー ひじき煮 ポテトサラダ 汁物 漬物	728	ちくわ天きしめん ひじき煮 ポテトサラダ ご飯 漬物	572
25	月	肉団子のトマト煮 高野豆腐の卵とじ キャベツの甘酢和え ご飯 汁物 フルーツ	589	鯖の幽庵焼き 高野豆腐の卵とじ キャベツの甘酢和え ご飯 汁物 フルーツ	515	豚丼 高野豆腐の卵とじ キャベツの甘酢和え 汁物 フルーツ	551	クリームシチュー 高野豆腐の卵とじ キャベツの甘酢和え ご飯 汁物 フルーツ	641	きこのあんかけそば 高野豆腐の卵とじ キャベツの甘酢和え ご飯 フルーツ	413
26	火	肉コロッケ カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草のサラダ ご飯 汁物 漬物	700	白身魚のムニエル カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草のサラダ ご飯 汁物 漬物	472	親子丼 カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草のサラダ 汁物 漬物	550	クリームシチュー カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草のサラダ ご飯 汁物 漬物	626	明太子パスタ カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草のサラダ ご飯 漬物	523
27	水	豚肉のオイスター炒め 厚揚げの煮物 はりはりサラダ ご飯 汁物 フルーツ	603	タラの菜種焼き 厚揚げの煮物 はりはりサラダ ご飯 汁物 フルーツ	593	焼肉丼 厚揚げの煮物 はりはりサラダ 汁物 フルーツ	648	クリームシチュー 厚揚げの煮物 はりはりサラダ ご飯 汁物 フルーツ	693	梅おろしにゆう麺 厚揚げの煮物 はりはりサラダ ご飯 フルーツ	532
28	木	肉みそ豆腐 にんじんしりしり ブロッコリーのごまマヨ和え ご飯 汁物 漬物	718	エビ玉 にんじんしりしり ブロッコリーのごまマヨ和え ご飯 汁物 漬物	623	中華丼 にんじんしりしり ブロッコリーのごまマヨ和え 汁物 漬物	592	カレーライス にんじんしりしり ブロッコリーのごまマヨ和え 汁物 漬物	705	きつねきしめん にんじんしりしり ブロッコリーのごまマヨ和え ご飯 漬物	473
29	金	お好み焼風卵焼き 小松菜のおかか炒め マカロニサラダ ご飯 汁物 フルーツ	672	鯖の味噌煮 小松菜のおかか炒め マカロニサラダ ご飯 汁物 フルーツ	648	ビビンバ丼 小松菜のおかか炒め マカロニサラダ 汁物 フルーツ	743	カレーライス 小松菜のおかか炒め マカロニサラダ 汁物 フルーツ	706	ちゃんぽんめん 小松菜のおかか炒め マカロニサラダ ご飯 フルーツ	537
30	土	鶏肉の梅焼き インゲンの炒り煮 ごぼうサラダ ご飯 汁物 漬物	613	アジフライ インゲンの炒り煮 ごぼうサラダ ご飯 汁物 漬物	711	たまご丼 インゲンの炒り煮 ごぼうサラダ 汁物 漬物	538	カレーライス インゲンの炒り煮 ごぼうサラダ 汁物 漬物	667	味噌煮込み風うどん インゲンの炒り煮 ごぼうサラダ ご飯 漬物	410