

いつき 2024年11月献立表(前半)※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)
1	金	牛すき煮 金平ごぼう 菜の花のお浸し ご飯 汁物 フルーツ	609	鯖の磯香焼き 金平ごぼう 菜の花のお浸し ご飯 汁物 フルーツ	553	中華丼 金平ごぼう 菜の花のお浸し 汁物 フルーツ	515	カレーライス 金平ごぼう 菜の花のお浸し 汁物 フルーツ	628	とろろそば 金平ごぼう 菜の花のお浸し ご飯 フルーツ	425
2	土	ポークチャップ ジャーマンポテト コールスローサラダ ご飯 汁物 漬物	586	白身魚のきのこと鮎かけ ジャーマンポテト コールスローサラダ ご飯 汁物 漬物	530	焼肉丼 ジャーマンポテト コールスローサラダ 汁物 漬物	632	カレーライス ジャーマンポテト コールスローサラダ 汁物 漬物	667	和風パスタ ジャーマンポテト コールスローサラダ ご飯 漬物	572
4	月	鶏肉の塩麹焼き かぼちゃコロケ スパサラダ ご飯 汁物 フルーツ	701	鯖の生姜煮 かぼちゃコロケ スパサラダ ご飯 汁物 フルーツ	745	たまご丼 かぼちゃコロケ スパサラダ 汁物 フルーツ	679	ひき肉のカレー かぼちゃコロケ スパサラダ 汁物 フルーツ	834	わかめきしめん かぼちゃコロケ スパサラダ ご飯 フルーツ	599
5	火	豚肉の生姜焼き なすのみそかけ 春菊のごま和え ご飯 汁物 漬物	599	赤魚の揚げ煮 なすのみそかけ 春菊のごま和え ご飯 汁物 漬物	586	ピピン丼 なすのみそかけ 春菊のごま和え 汁物 漬物	717	ひき肉のカレー なすのみそかけ 春菊のごま和え 汁物 漬物	706	醤油ラーメン なすのみそかけ 春菊のごま和え ご飯 漬物	499
6	水	肉団子の五目煮 卵の花 キャベツの浅漬け風 ご飯 汁物 フルーツ	580	メバルの西京焼き 卵の花 キャベツの浅漬け風 ご飯 汁物 フルーツ	511	衣笠丼 卵の花 キャベツの浅漬け風 汁物 フルーツ	558	ひき肉のカレー 卵の花 キャベツの浅漬け風 汁物 フルーツ	675	ためきうどん 卵の花 キャベツの浅漬け風 ご飯 フルーツ	436
7	木	牛肉のスタミナ炒め れんこんの煮物 ほうれん草のピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	628	白身魚のマヨ焼 れんこんの煮物 ほうれん草のピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	589	豚丼 れんこんの煮物 ほうれん草のピーナツ和え 汁物 漬物	549	クリームシチュー れんこんの煮物 ほうれん草のピーナツ和え ご飯 汁物 漬物	639	鶏ごぼうそば れんこんの煮物 ほうれん草のピーナツ和え ご飯 漬物	483
8	金	豚肉の味噌炒め 南瓜の煮物 チンゲン菜のなめ茸和え ご飯 汁物 フルーツ	559	タラの磯部揚げ 南瓜の煮物 チンゲン菜のなめ茸和え ご飯 汁物 フルーツ	540	焼肉丼 南瓜の煮物 チンゲン菜のなめ茸和え 汁物 フルーツ	576	クリームシチュー 南瓜の煮物 チンゲン菜のなめ茸和え ご飯 汁物 フルーツ	621	ナポリタン 南瓜の煮物 チンゲン菜のなめ茸和え ご飯 フルーツ	517
9	土	鶏肉の照り焼き 卵焼き 春雨サラダ ご飯 汁物 漬物	643	鯖のごま味噌煮 卵焼き 春雨サラダ ご飯 汁物 漬物	609	はいから丼 卵焼き 春雨サラダ 汁物 漬物	593	クリームシチュー 卵焼き 春雨サラダ ご飯 汁物 漬物	701	なめこおろしにゆう麵 卵焼き 春雨サラダ ご飯 漬物	525
11	月	とり天 さつま芋の甘辛炒め ひじきサラダ ご飯 汁物 フルーツ	644	白身魚の野菜あんかけ さつま芋の甘辛炒め ひじきサラダ ご飯 汁物 フルーツ	578	木の葉丼 さつま芋の甘辛炒め ひじきサラダ 汁物 フルーツ	546	ハヤシライス さつま芋の甘辛炒め ひじきサラダ 汁物 フルーツ	688	とんこつラーメン さつま芋の甘辛炒め ひじきサラダ ご飯 フルーツ	478
12	火	そぼろ丼 切り干し大根の煮物 白菜の塩昆布和え ご飯 汁物 漬物	547	アジのかば焼き 切り干し大根の煮物 白菜の塩昆布和え ご飯 汁物 漬物	502	牛丼 切り干し大根の煮物 白菜の塩昆布和え 汁物 漬物	627	ハヤシライス 切り干し大根の煮物 白菜の塩昆布和え 汁物 漬物	634	焼うどん 切り干し大根の煮物 白菜の塩昆布和え ご飯 漬物	456
13	水	チキン南蛮 里芋のそぼろあん 小松菜のおかか和え ご飯 汁物 フルーツ	704	鯖の梅煮 里芋のそぼろあん 小松菜のおかか和え ご飯 汁物 フルーツ	563	中華丼 里芋のそぼろあん 小松菜のおかか和え 汁物 フルーツ	524	ハヤシライス 里芋のそぼろあん 小松菜のおかか和え 汁物 フルーツ	659	月見そば 里芋のそぼろあん 小松菜のおかか和え ご飯 フルーツ	469
14	木	豚肉と白菜の旨煮 ナスの揚げびたし わかめサラダ ご飯 汁物 漬物	577	鯖の利休焼き ナスの揚げびたし わかめサラダ ご飯 汁物 漬物	552	たまご丼 ナスの揚げびたし わかめサラダ 汁物 漬物	525	肉団子のシチュー ナスの揚げびたし わかめサラダ ご飯 汁物 漬物	737	クリームパスタ ナスの揚げびたし わかめサラダ ご飯 漬物	582
15	金	鶏肉のゆず焼き 五目豆 春菊のツナ和え ご飯 汁物 フルーツ	578	カレイの煮付け 五目豆 春菊のツナ和え ご飯 汁物 フルーツ	743	豚丼 五目豆 春菊のツナ和え 汁物 フルーツ	557	肉団子のシチュー 五目豆 春菊のツナ和え ご飯 汁物 フルーツ	720	かきたまにゆう麵 五目豆 春菊のツナ和え ご飯 フルーツ	500