

11月メニュー表

日	曜日	朝 食					昼 食				夕 食				エネルギー (kcal)	脂質 (g)
		白菜とわかめの酢の物	いりこみそ	みそ汁	ごはん	牛乳	れんこんのきんぴら	チンゲン菜の生姜醤油和え	すまし汁	ゆかりごはん	ほうれん草の炒め物	ごま豆腐	みそ汁	ごはん	たんぱく質 (g)	塩分 (g)
1	土	ハムとほうれん草のソテー					ジャーマンオムレツ（とと焼き）				牛肉のしぐれ煮				1,522	51.0
2	日	いわしのみぞれ煮					かぼちゃのクリーム煮（コーヒーゼリー）				豚肉と野菜のオイスター炒め				1,570	42.0
3	月	吉野煮					さつまいもごはん（甘納豆）				麻婆豆腐				1,531	42.0
4	火	たまご炒め					鶏肉の照り焼き（フルーツゼリー）				カレイの煮付け				1,442	37.9
5	水	白菜と肉団子の旨煮					エビフライ タルタルソース添え（ミニまんじゅう）				柳川魚煮				1,597	45.8
6	木	目玉焼き風					肉団子の酢豚風（いちごのムース）				さんまの塩麹焼き				1,542	54.0
7	金	たらの粕漬け焼き					醤油ラーメン（クレープ）				豚肉と春雨の炒め物				1,544	53.9
8	土	厚揚げと豚肉の炒り煮					赤魚の粕漬焼き（エクレア）				鶏肉のやわらか煮				1,530	44.4
9	日	卵とじ					鮭の照り焼き（イチゴスペシャル）				肉大根				1,544	38.0
10	月	えびつみれのバター醤油					チキンカレー（白い風船）				ホッケの味噌マヨ焼き				1,498	43.4
11	火	豚肉としめじの煮物					アジフライ（ミニたい焼き）				焼肉				1,601	54.9
12	水	鮭の粕漬け焼き					鶏肉と根菜のごまみそ煮（ワッフル）				えびちり				1,409	35.5
13	木	冬瓜とさつま揚げの煮物					あんかけきのこうどん（ピーチムース）				サバの塩焼き				1,438	45.6
14	金	みやこ二重					カレイの胡麻焼き（バームクーヘン）				ミートローフ				1,592	47.6
15	土	オムレツ					鶏鍋風（おせんべい）				豚肉の生姜焼き				1525	47.6

上段が石狩鍋風、下段が鶏鍋風になります。

都合により献立内容が、変更になる場合がありますので、ご了承下さい。

ご予約等の変更は、4日前までをお願いいたします。