



	11月4日(火) ②	11月5日(水) ①	11月6日(木) ①	11月7日(金) ①	11月10日(月) ②	11月11日(火) ①	11月12日(水) ①	11月13日(木) ③	11月14日(金) ①	11月17日(月) ①
献立名	① 秋色ご飯 ② エビカツ ③ ブチゼリー ④ 豚汁 ⑤ ⑥	① ハムカツ ② スパゲティソテー ③ ひじきの炒め煮 ④ 煮付 ⑤ バイン缶 ⑥ ご飯	① ごま肉団子 ② ミートボール ③ 白ごま ④ 黒ごま ⑤ ②煮付け ⑥ がんもどき ⑦ 醤油 ⑧ みりん ⑨ ③サラダ ⑩ キャベツ ⑪ きゅうり ⑫ にんじん ⑬ 和風ドレッシング ⑭ ④南瓜コロッケ ⑮ 南瓜コロッケ ⑯ ⑤りんご缶 ⑰ りんご缶 ⑱ ⑥ご飯 ⑲ 米	① 豚の甘辛煮 ② 豚肉 ③ 白菜 ④ こんにやく ⑤ いんげん ⑥ にんじん ⑦ 焼豆腐 ⑧ 醤油 ⑨ みりん ⑩ ②コーンコロッケ ⑪ コーンコロッケ ⑫ 油 ⑬ ③小松菜のソテー ⑭ 小松菜 ⑮ 玉ねぎ ⑯ にんじん ⑰ 塩 ⑱ ごま油 ⑲ ④黄桃缶 ⑳ 黄桃缶 ㉑ ⑤ご飯 ㉒ 米	① ご飯 ② 米 ③ ②カレー ④ 豚肉 ⑤ じゃが芋 ⑥ 玉ねぎ ⑦ にんじん ⑧ カレールウ ⑨ パーモント ⑩ ガーリック ⑪ ③プリン ⑫ プリン ⑬ ④りんご缶 ⑭ りんご缶 ⑮ ⑤煮付け ⑯ 厚揚げ ⑰ 大根 ⑱ 醤油 ⑲ みりん ㉑ ⑥ご飯 ㉒ 米	① だし巻 ② 玉子焼 ③ ②味噌炒め ④ 鶏むね肉 ⑤ キャベツ ⑥ ピーマン ⑦ 青ねぎ ⑧ にんじん ⑨ にんにく ⑩ 赤みそ ⑪ ④りんご缶 ⑫ りんご缶 ⑬ ⑤煮付け ⑭ 厚揚げ ⑮ 大根 ⑯ 醤油 ⑲ みりん ㉑ ⑥ご飯 ㉒ 米	① 赤魚 ② 醤油 ③ ②三温糖 ④ ③煮付け ⑤ ④肉詰めフライ ⑥ れんこん詰めフライ ⑦ 油 ⑧ ⑤オレンジ ⑨ オレンジ ⑩ ⑥ご飯 ⑪ 米	① 豚丼 ② 米 ③ 豚肉 ④ 豚ばら肉 ⑤ 糸こんにやく ⑥ 玉ねぎ ⑦ 青ねぎ ⑧ みりん ⑨ ②三角春巻き ⑩ 春巻 ⑪ 油 ⑫ ③ぶどうゼリー ⑬ ぶどうゼリー ⑭ ④みかん缶 ⑮ みかん缶 ⑯ ⑤煮付 ⑰ 赤かぶさつま ⑱ 三温糖 ⑲ 醤油 ⑳ ⑥ご飯 ㉑ 米	① 鶏肉のオーロラソース ② 鶏もも肉 ③ 塩 ④ 玉ねぎ ⑤ マヨネーズ ⑥ ケチャップ ⑦ ②スパゲティソテー ⑧ スパゲティ ⑨ にんじん ⑩ 玉ねぎ ⑪ オリーブオイル ⑫ トマト缶 ⑬ ケチャップ ⑭ ①オリブオイル ⑮ コンソメ ⑯ 片栗粉 ⑰ ブロッコリー ⑱ ②じゃこのお浸し ⑲ しろな ⑳ 太ちやし ㉑ にんじん ㉒ チリメン ㉓ かつお節 ㉔ 醤油 ㉕ 三温糖 ㉖ ④みかん缶 ㉗ みかん缶 ㉘ ⑤煮付 ㉙ 赤かぶさつま ㉚ 三温糖 ㉛ 醤油 ㉜ ⑥ご飯 ㉝ 米	① チリコンカン ② 豚ミンチ ③ いんげん ④ 大豆 ⑤ 小豆 ⑥ にんじん ⑦ 玉ねぎ ⑧ じゃが芋 ⑨ カレー粉 ⑩ トマト缶 ⑪ ケチャップ ⑫ ①オリブオイル ⑬ コンソメ ⑭ 片栗粉 ⑮ ブロッコリー ⑯ ②いんげんのサラダ ⑰ いんげん ⑱ コーン ⑲ マヨネーズ ⑳ 醤油 ㉑ ③さつまあげ ㉒ やさい天 ㉓ 油 ㉔ ④黄桃缶 ㉕ 黄桃缶 ㉖ ⑤ご飯 ㉗ 米
エネルギー	364kcal/14g/6g	409kcal/8g/14g	408kcal/10g/13g	395kcal/9g/12g	449kcal/12g/12g	383kcal/14g/11g	382kcal/13g/13g	423kcal/11g/11g	417kcal/15g/16g	393kcal/11g/14g

	11月18日(火) ②	11月19日(水) ①	11月20日(木) ①	11月21日(金) ①	11月26日(水) ①	11月27日(木) ②	11月28日(金) ①
献立名	① さつま芋ご飯 ② 肉団子 ③ ゆかり和え ④ チーズ ⑤ ちゃんぽんスープ ⑥	① えびチリ ② キャベツのソテー ③ 大根の煮物 ④ ハムステーキ ⑤ バイン缶 ⑥ ご飯	① 鶏肉のソテー ② カレーポイル ③ 玉子サラダ ④ 黄桃缶 ⑤ 柚子和え ⑥ ご飯	① 洋風おでん ② じゃが芋 ③ にんじん ④ ウインナー ⑤ コンソメ ⑥ 淡口醤油 ⑦ にんにく ⑧ ②カレーポイル ⑨ ③玉子サラダ ⑩ たまごサラダ ⑪ ④黄桃缶 ⑫ 黄桃缶 ⑬ ⑤柚子和え ⑭ 白菜 ⑮ きゅうり ⑯ 柚子茶 ⑰ 酢 ⑱ ⑥ご飯 ⑲ 米	① 餃子風メンチカツ ② 餃子風メンチカツ ③ 油 ④ ③ブロッコリーのソテー ⑤ ブロッコリー ⑥ コーン ⑦ パーコン ⑧ 塩 ⑨ 油 ⑩ ③マカロニ ⑪ にんじん ⑫ きゅうり ⑬ 玉ねぎ ⑭ マヨネーズ ⑮ カレー粉 ⑯ ③春巻 ⑰ 春巻 ⑱ 油 ⑲ ④みかん ⑳ みかん ㉑ ⑤煮浸し ㉒ 小松菜 ㉓ にんじん ㉔ 竹輪 ㉕ 三温糖 ㉖ 醤油 ㉗ ⑥ご飯 ㉘ 米	① ご飯 ② 米 ③ ②カレー ④ 豚肉 ⑤ じゃが芋 ⑥ 玉ねぎ ⑦ にんじん ⑧ カレールウ ⑨ ホワイトルウ ⑩ パーモント ⑪ ガーリック ⑫ ③春巻 ⑬ 春巻 ⑭ ③バナナ ⑮ バナナ ⑯ ④煮浸し ⑰ 小松菜 ⑱ にんじん ⑲ 竹輪 ⑳ 三温糖 ㉑ 醤油 ㉒ ⑥ご飯 ㉓ 米	① ③鶏肉のオーロラソース ② さわら ③ トマトソース ④ にんにく ⑤ オリーブオイル ⑥ 三温糖 ⑦ ドライパシル ⑧ コンソメ ⑨ ②ポパイエッグ ⑩ 玉子 ⑪ ほうれん草 ⑫ 油 ⑬ ③春雨サラダ ⑭ 春雨 ⑮ ハム ⑯ きゅうり ⑰ マヨネーズ ⑱ ④煮付 ⑲ 三角揚げ ⑳ 醤油 ㉑ みりん ㉒ 三温糖 ㉓ ⑤みかん缶 ㉔ みかん缶 ㉕ ⑥ご飯 ㉖ 米
エネルギー	378kcal/11g/8g	407kcal/9g/16g	410kcal/15g/16g	386kcal/7g/15g	383kcal/9g/13g	453kcal/9g/9g	399kcal/14g/15g

※献立表の○と△は卵と乳製品が含まれていることを表示しております。△は微量の成分が含まれていることを意味します。



印の日は注文された方のみとなります。