

11月の昼食メニュー

2014年

日	月	火	水	木	金	土
						1日 あわご飯 豚汁 貝柱フライ 豆腐チャンプル ワカメ酢
2日	3日 あわご飯 野菜スープ 魚塩麴汁 マーボー豆腐 南瓜煮 サラダ	4日 麦ご飯 味噌汁 チキン煮つけ クブ イチ ゴマ和え	5日 あわご飯 ゆし豆腐 鯖味噌煮 春雨炒め 煮浸し	6日 麦ご飯 沖縄そば ワカサギ揚げ フチャップル ミカ 和え	7日 芋ご飯 味噌汁 天ぷら ごぼう炒め 酢の物	8日 あわご飯 味噌汁 チキンピカタ 八宝菜 ヨーグルト和え
9日	10日 麦ご飯 レバー汁 茄子挟み揚げ 豆腐チャンブルー ゼリー	11日 あわご飯 味噌汁 さんま蒲焼き 小松菜炒め 大根刈刈-	12日 麦ご飯 うどん汁 かき揚げ 白菜きのこ煮 酢の物	13日 あわご飯 味噌汁 豚肉生姜焼き 大根炒め サラダ	14日 炊き込みご飯 アーサ汁 鮭 ゴマ和え 干びょう炒め	15日 麦ご飯 味噌汁 コロッケ 筑前煮 サラダ
16日	17日 麦ご飯 味噌汁 チキン生姜煮 豆腐チャンブルー ヨーグルト和え	18日 あわご飯 牛肉汁 フチャップル シュウマイ揚げ 梅和え	19日 麦ご飯 味噌汁 魚バジルオムレツ焼き 千切り炒め 和え物	20日 あわご飯 ゆし豆腐 サバ味噌煮 肉じゃが ゴマ和え	21日 麦ご飯 味噌汁 チキン汁 八宝菜 サラダ	22日 炊き込みご飯 味噌汁 魚塩麴焼き いんげん汁 和え物
23日	24日 麦ご飯 味噌汁 揚げ豆腐野菜あん 大根煮 辛子和え	25日 あわご飯 うどん汁 カレー煮付け 比チ リ ごぼう煮	26日 麦ご飯 魚汁 貝柱フライ 筑前煮 和え物	27日 あわご飯 味噌汁 天ぷら 春雨炒め 酢の物	28日 麦ご飯 ソーキ汁 さんま 小松菜炒め 大根和え	29日 あわご飯 沖縄そば 餃子 人参刈刈- 酢の物
30日						

材料その他の都合により献立を変更する場合があります