



〇〇 11月の金谷まるめろメニュー 〇〇

				1(金)	2(土)	3(日)
4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)
ハヤシライス 福神漬 かにサラダ ネーブルオレンジ	御飯 味噌汁(ふのり、葱) 赤魚漬け焼 レンコンのそぼろ煮 長芋のゆかり漬け	御飯 味噌汁(豆腐、油揚げ) 豚肉の生姜焼き ふろふき大根 チンゲン菜のわさびマヨ和え	そぼろ丼 なめこ汁(ネギ) がんと含め煮 桜大根 フルーツポンチ	御飯 ワントンスープ 酢鶏 大根カニあんかけ マンゴープリン	塩ラーメン 半ライス やわらかシューマイ 茄子漬 杏仁フルーツ	御飯 味噌汁(豆腐・ネギ) 黒ムツの照り焼き ミニおでん ブロッコリーサラダ
11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)
御飯 ニラ玉汁 マトウダイの照り焼き 切り干し大根の煮物 中華サラダ	御飯 味噌汁(トコ昆布・万能葱) 親子煮 海老と里芋の銀あんかけ 春菊とイチヂクの辛子酢味噌	肉うどん 半ライス 五目煮 野沢菜漬 キウイゼリー	御飯 味噌汁(ジャガ芋・ワカメ) カレイ土佐焼き 卵豆腐の山路あん かにサラダ	きのこご飯 豚汁(味噌) 鮭の照り煮 かき揚げ 桜大根 フルーツ(ぶどう)	御飯 味噌汁(長葱・板麩) ほっけ七味焼き がんと含め煮 カリフラワーと卵のサラダ	御飯 味噌汁(モヤシ・人参) 赤魚粕焼 白菜の海鮮炒め 白きくらげの和え物
18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)
御飯 味噌汁(大根・菜っぱ) サワラの煮付け 竹の子土佐煮 インゲンの胡麻和え	ポークカレー 福神漬 コールスロー フルーツ(バナナ)	御飯 八杯汁 カレイの辛みそ焼き 五目煮 キャベツとシラスのお浸し	御飯 味噌汁(大根・ワカメ) 鮭のマヨネーズ焼 ぜんまいの煮物 野菜の白和え	パン(クリーム、アンパン、マイクロワッサン) 半ライス パンプキンスープ エビフライ トマトサラダ ソフールヨーグルト	御飯 味噌汁(玉ネギ・ニラ) サンマの塩焼 大根カニあんかけ めかぶポン酢がけ	御飯 味噌汁(絹サヤ・椎茸) メンチカツ ゴボウの炒り煮 スパゲティサラダ
25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	
牛丼 味噌汁(トコ昆布・万能葱) 煮合え かぶ漬け ラ・フランスゼリー	御飯 味噌汁(板麩、卵) 黒酢チキン がんと含め煮 ポテトサラダ	御飯 味噌汁(豆腐・ネギ) トラウトサーモン塩焼 ミニおでん オクラ土佐和え	ためきそば ミニ栗ご飯 キャベツ漬け フルーツヨーグルト	御飯 味噌汁(板ふ・玉葱) 鯖七味焼き 南瓜の甘煮 ブロッコリーのゴマだれかけ	御飯 味噌汁(シジ・三ツ葉) ほっけ塩焼 ソフトいなりの煮物 小松菜のしょうが昆布和え	

※都合により献立を変更することがあります。