


2023年11月ランチメニュー&参観表



※ランチメニューは変更する場合があります。
※詳細は参観表をご覧ください。



| | | |
|---|---|---|
| 1日(木) | 2日(木) | 3日(金) |
| 《秋の遠足》  | ・ハッシュドポーク (豚肉・玉ねぎ・人参・トマト) ・キャベツ・レコンのサラダ (キャベツ・きゅうり・人参・コーン) ・スープ(白菜・卵) ・フルーツ ・牛乳 | 《文化の日》  |

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| 6日(月) | 7日(火) | 8日(水) | 9日(木) | 10日(金) |
| ・麻婆豆腐 (豆腐・ひき肉・ねぎ) ・キャベツのナムルサラダ (キャベツ・人参・ごま) ・スープ(春雨・卵) ・ごはん ・フルーツ ・牛乳 | ・チキンパン粉焼き (ヒヨ肉・マヨネーズ・パン粉) ・レタス ・マカロニチキン炒め (マカロニ・玉ねぎ・ピーマン) ・スープ(白菜・パン粉) ・ごはん ・フルーツ ・牛乳 | ・魚青のオニオコン焼き (魚青・玉ねぎ・コーン・トマト) ・レタス ・ひじき炒め煮 (ひじき・人参・こんにゃく・油あげ) ・みそ汁 (白菜・さつまいも) ・ごはん ・牛乳 ・乳酸ドリンク | ・揚げ鶏甘辛煮 (ヒヨ肉・小麦粉・しょうが) ・レタス ・フックコーリーと卵炒め (フックコーリー・人参・きゅうり・卵) ・みそ汁(キャベツ・わかめ) ・ごはん ・フルーツ・牛乳 | ・しゃも頭春雨炒め (豚肉・玉ねぎ・人参・ニラ) ・切干大根サラダ (切干・人参・きゅうり・かぼちゃ) ・スープ(豆腐・卵) ・ごはん ・フルーツ ・牛乳 |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| 13日(月) | 14日(火) | 15日(水) | 16日(木) | 17日(金) |
| ・豚肉しょうが焼き (豚肉・玉ねぎ・しょうが) ・レタス ・スパゲティサラダ (スパゲティ・きゅうり・人参・卵) ・みそ汁(大根・油あげ) ・ごはん ・フルーツ・牛乳 | 《県民の日》  | ・白身魚フライ (白身魚・小麦粉・パン粉) ・千切キャベツ ・春雨サラダ (春雨・きゅうり・人参・かぼちゃ) ・みそ汁(わかめ・わかめ) ・ごはん ・牛乳 ・乳酸ドリンク | ・カレーライス (豚肉・玉ねぎ・焼く(油あげ)) ・春雨マヨネーズサラダ (春雨・きゅうり・人参・卵) ・スープ(白菜・パン粉) ・フルーツ ・牛乳 | ・ソース焼そば (豚肉・キャベツ・おとし・人参) ・青菜入り玉子炒め (青菜・卵・コーン) ・スープ(豆腐・わかめ) ・フルーツ ・牛乳 |

| | | | | |
|---|--|---|--|---|
| 20日(月) | 21日(火) | 22日(水) | 23日(木) | 24日(金) |
| ・チキンカツ (ヒヨ肉・小麦粉・パン粉) ・千切キャベツ ・マカロニサラダ (マカロニ・きゅうり・人参・卵) ・みそ汁(小松菜・玉ねぎ) ・ごはん ・フルーツ・牛乳 | ・みそ風味焼肉 (豚肉・玉ねぎ・人参・ごま) ・レタス ・三色ナムル (おとし・小松菜・人参・ごま) ・スープ(ニラ・卵) ・ごはん ・フルーツ・牛乳 | ・鮭わかめごはん (鮭・わかめ・ごま) ・さつまいもカレー (さつまいも・玉ねぎ・ピーマン・おとし) ・みそ汁 (豆腐・わかめ) ・牛乳 ・乳酸ドリンク | 《親と遊ぶ日》 & 《勤労感謝の日》  | 《振替休日》  |

| | | | |
|--|---|--|--|
| 27日(月) | 28日(火) | 29日(水) | 30日(木) |
| ・中華風肉団子 (ヒヨ肉・人参・玉ねぎ・卵) ・レタス ・春雨サラダ (春雨・きゅうり・人参・かぼちゃ) ・スープ(ニラ・卵) ・ごはん ・フルーツ・牛乳 | ・鶏の石焼揚げ (ヒヨ肉・人参・小麦粉・卵) ・切干大根炒め煮 (切干・人参・油あげ・おとし) ・みそ汁(わかめ・わかめ) ・ごはん ・フルーツ ・牛乳 | ・カニカマ炒飯 (カニカマ・卵・おとし) ・もやしサラダ (もやし・きゅうり・人参・おとし) ・揚げシウマイ ・スープ(豆腐・わかめ) ・牛乳 ・乳酸ドリンク | ・かき玉うどん (ヒヨ肉・玉ねぎ・人参・おとし) ・白菜塩こしょう炒め (白菜・人参・塩こしょう) ・大学芋(さつまいも・ごま) ・フルーツ ・牛乳 |

