



	令和02年11月23日(月)	令和02年11月24日(火)	令和02年11月25日(水)	令和02年11月26日(木)	令和02年11月27日(金)	令和02年11月28日(土)	令和02年11月29日(日)
朝	御飯 みそ汁(白菜) ベーコンエッグ ふりかけしそ 牛乳	御飯 みそ汁(もやし) 切干大根の炒め煮 減塩のり佃煮 牛乳	御飯 みそ汁(さつまいも) 厚揚げとオクラのそぼろ ふりかけ さけ 牛乳	御飯 みそ汁(キャベツ) 厚焼き卵 もろみみそ 牛乳	御飯 みそ汁(厚揚げ) 肉団子の柚子おろし ふりかけ たらこ 牛乳	御飯 みそ汁(大根) 炒り豆腐 いりこみそ 牛乳	御飯 みそ汁(しろ菜) かに風味卵焼き ふりかけ かつお 牛乳
昼	御飯 鶏肉と大根のみそ煮 春雨サラダ 中華スープ フルーツ(洋梨)	フレンチトースト 白身魚のトマトソース チンゲン菜のサラダ オニオンスープ フルーツ(パイナップル)	赤飯 鯖の味噌煮 かぼす風味和え 清汁(あさり) フルーツ(みかん)	御飯 焼き肉(豚) いんげんごまよごし みそ汁(じゃが芋) フルーツ(バナナ)	御飯 ホイコーロー 大根のしらす和え チンゲン菜スープ フルーツ(黄桃缶)	御飯 かれのいのカツレツ焼き カリフラワーの酢みそ風味和え ポテトのスープ フルーツ(リンゴ)	御飯 ビーフシチュー ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト
おやつ	豆乳焼きドーナツ	マンゴーゼリー	ココアワッフル	黒糖饅頭	抹茶パンケーキ	かすてら	チーズケーキ
夕	麦御飯 かれのいの中華風野菜あん 清汁(ハンペン) 漬物(白菜)	御飯 豚の生姜焼き みそ汁(豆腐) 漬物(キュウリ)	御飯 石垣卵 清汁(そうめん) 漬物(青しそ)	御飯 メバルのネギソース 清汁(冬瓜) しそ昆布	御飯 エビのクリーム煮 中華スープ(卵) 漬物(ツボ)	御飯 鶏すき焼き風煮 清汁(ホクレン草) 漬物(しば)	御飯 白身魚のチリソース煮 かにかまスープ 漬物(ツボ)





