

これまでのこんだて

h27 11月



ご飯 牛乳

チーズはんぺん
フライ

ほうれん草
のソテー

かんぴょうの
かき玉汁



ご飯 牛乳

秋刀魚の塩焼き

竹輪いり
おひたし

きつまつ汁

りんご



きのご飯

牛乳

鶏の照り焼き

のり酢和え

豆腐と三つ葉
のスープ



ご飯 牛乳

干草焼き

彩り野菜と豚の
カルパッチョ風

メンマスープ



ご飯 牛乳

さばの香味焼き

ひじきのサラダ

ほうとう汁



ご飯 牛乳

豚肉のピリ辛
ソース焼き

ツナサラダ

味噌汁

柿



ご飯 牛乳

ししゃも磯辺揚げ

柚子しめじ

根菜の
味噌シチュー



ご飯 牛乳

ハンバーグ
きのこソース

粉ふき芋

卵のふわふわ
スープ



ご飯 牛乳

秋刀魚フリッター

豚肉とごぼうの
土佐煮

境産キャベツと
貝のスープ



コッペパン 牛乳

いちごジャム

チーズとおろし
人参のオムレツ

ごぼうサラダ

境産大豆の
ポークビーンズ



ご飯 牛乳

鮭のムニエル
野菜ソース

境産空芯菜と
チンゲン菜
のソテー

根野菜のスープ



豆入り猿島茶ご飯

牛乳

梅山豚の肉炒め

ブロッコリーの
胡麻和え

境産レタスと
卵のスープ



ご飯 牛乳

ローズボーク
の酢豚風

境産ねぎと
わかめのスープ

柚子ヨーグルト



麦ご飯 牛乳

揚げ鶏の
くるみソース

切干大根サラダ

きのこのミルク
スープ

りんごゼリー



ご飯 牛乳

さわらの味噌
柚庵焼き

ほうれん草の
磯香和え

白菜のうま煮



ちゃんぽん麺
(中華麺)

牛乳

さつまいも
ミルク煮

白菜サラダ



玄米ご飯

牛乳

鮭のマヨネーズ
焼き

煎り豆腐

みそ汁
キウイ



ご飯 牛乳

トマトとチーズの
卵焼き

れんこんの
味噌サラダ

あさりと
チンゲン菜
のスープ