
















# 週間予定献立表

希望学園

|           | 朝食   | 昼食  | 夕食   |
|-----------|--|---|--|
| 11/5 (月)  | 白飯<br>キャベツとしめじのみそ汁<br>牛乳<br>もやしのあんかけ炒め<br>納豆(しらす干し)<br>ハミン  | しょうゆラーメン<br>白菜の酢味噌和え<br>牧場の朝ヨーグルト<br>冷水               | 白飯<br>小松菜と豆麩のみそ汁<br>さわらの粕やき<br>ポテトサラダ<br>野沢菜漬<br>柿    |
| 11/6 (火)  | 白飯<br>高野豆腐とネギのみそ汁<br>牛乳<br>野菜と豚肉炒め<br>いか塩辛<br>パナナ  | 白飯<br>ほうれん草と玉葱のみそ汁<br>鯖の立田揚げ<br>五色中華風サラダ<br>菜の花わさび和え  | 白飯<br>モロヘイヤのみそ汁<br>鶏肉の甘辛焼<br>きこキッシュ<br>カクテキ           |
| 11/7 (水)  | 白飯<br>玉ネギとあげのみそ汁<br>牛乳<br>山菜の炒め煮<br>納豆(ツナ)<br>ハミン  | たぬきうどん<br>いなり寿司<br>松前漬和え(小松菜)                        | 白飯<br>芋と白菜のみそ汁<br>鮭の塩焼<br>鶏団子と大根の煮物<br>りんご           |
| 11/8 (木)  | 白飯<br>豆腐とえのきのすまし汁<br>牛乳<br>野菜と挽肉のみそ炒め<br>味付けのり<br>パナナ  | あさり五目飯<br>きんぴら汁<br>洋風茶碗蒸し<br>胡瓜とえびの酢の物              | 白飯<br>大根となめこのみそ汁<br>サンマカレームニエル<br>梅マヨ和え(アスパラ)<br>柿  |
| 11/9 (金)  | 白飯<br>ふきのみそ汁<br>牛乳<br>里芋のそぼろ煮<br>納豆(ザーサイ)<br>ハミン   | マカロニサンド<br>ホテルブレット<br>りんごジャム<br>和風ポトフ<br>カスタードプリン   | 白飯<br>白菜としめじのみそ汁<br>シーフードフライ<br>巾着煮と芋の煮物<br>みかん     |
| 11/10 (土) | 白飯<br>キャベツとネギのみそ汁<br>牛乳<br>インゲンと鶏肉炒め<br>かつおなめ茸<br>パナナ  | 塩焼そば<br>ワンタンスープ<br>サラダ(大根・若布)                       | 白飯<br>さつま芋汁<br>赤魚のみそホイル焼<br>にらの卵とじ<br>ぶどう           |
| 11/11 (日) | カスタードデニッシュ<br>食パン<br>ブルーベリー&マーガリン<br>オニオンスープ<br>牛乳<br>アスパラとソーセージ炒め   | 玄米ごはん<br>三平汁<br>磯巻き卵<br>すりとろろ<br>パナナ 1/2            | イカ入五目ちらし<br>豆腐とまめふのすまし汁<br>牛蒡サラダ                    |