

昼食献立表

期 間：2026/11/1～2026/11/30

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
昼食	ご飯 赤魚の甘塩焼き れんこん挟み揚げ いんげんごま和え 大根ゆず煮 漬物	ご飯 肉団子の甘酢あん 三角春巻き ひじきの煮物 春菊とえのきの和え物 漬物	ご飯 ホキの香味焼き 金平ごぼう ピーマン肉詰めフライ ブロッコリーのサラダ 漬物	ご飯 豚肉の中華風炒め 高野豆腐の卵とじ チンゲン菜のピーナッツ和え 粉ふき芋 磯辺和え 漬物	ご飯 タラのパン粉焼き ロールキャベツ スパゲティサラダ ピーマンソテー 漬物	ご飯 牛肉と春雨の炒め物 豆腐のあんかけ 菜の花辛子和え かぼちゃのそめ煮 漬物	ご飯 白身魚のカレー焼き 焼きビーフン なすの生姜和え 蒸しさつまいも 漬物
	8	9	10	11	12	13	14
昼食	ご飯 鶏の生姜焼き 海鮮チヂミ 小松菜と椎茸の和え 人参とうす揚げ煮 漬物	ご飯 カレーの照り焼き ささみ野菜ロールフライ チンゲン菜のナムル がんもどきの煮物 漬物	ご飯 ソース焼きそば コロッケ オクラとカニカマの和え 里芋の煮物 漬物	ご飯 あじの蒲焼き風 カリフラワーカレー風味 春菊の和え物 切干大根の酢の物 漬物	ご飯 ビーフカツ 平天と牛蒡煮 チンゲン菜お浸し もやしのナムル 漬物	ご飯 鯖の塩焼き ポテトサラダ ブロッコリーとベーコン炒め 若布と玉ねぎの酢の物 漬物	ご飯 鶏の照り焼き麴風味 野菜炒め 小松菜のピーナッツ和え 大根の青しそ風味 漬物
	15	16	17	18	19	20	21
昼食	ご飯 エビチリ マカロニサラダ ピーマン昆布 厚揚げしょうが焼き 漬物	ご飯 メンチカツ 春雨の炒め物 かぼちゃサラダ 春菊のお浸し 漬物	ご飯 めばるのみりん焼き 茄子の挟み揚げ チンゲン菜あんかけ 根菜サラダ 漬物	ご飯 鶏の西京焼き 竹輪の磯辺揚げ インゲンのソテー もやしときゅうりの酢の物 漬物	ご飯 天ぷら盛り合わせ ベーコンとキャベツ炒め そめおろし ほうれん草のお浸し 漬物	ご飯 酢豚風 イカメンチカツ 菜の花のごま和え 高野豆腐の煮物 漬物	ご飯 赤魚の照り焼き ロールキャベツ ひじきの煮物 ピーマンソテー 漬物
	22	23	24	25	26	27	28
昼食	ご飯 豆腐ハンバーグ(照り焼き) かぼちゃの含め煮 小松菜のしょうが和え きのこソテー 漬物	ご飯 さわらの西京焼き 肉団子の煮物 もやし炒め 海藻サラダ 漬物	ご飯 鶏唐揚げ 竹輪と大根の煮物 糸コンと人参の炒め物 オクラの梅和え 漬物	ご飯 白身魚のパン粉焼き オムレツ 春菊の辛子和え 蒸しさつまいも 漬物	ご飯 ミートおムレツとヒレカツ 白菜のサラダ わかめときゅうりの酢の物 里芋の煮物 漬物	ご飯 めばるの甘塩焼き 冬瓜そぼろ煮 コロッケ ほうれん草のピーナッツ和え 漬物	ご飯 洋風ハンバーグ もやしのナムル オクラのお浸し にんじん炒め 漬物
	29	30		 さくら 厨房 sakura chubu ※献立は仕入れの都合により変更になる場合がございます。 072-842-2222			
昼食	ご飯 白身魚フライ ロールキャベツ おから煮 菜の花梅和え 漬物	ご飯 とんかつ 海鮮チヂミ インゲンとエノキの和え物 大根の柚子煮 漬物					