2025年11月メニュー

☆提供ご飯量とカロリー☆120g(202Kcal)　140g(235Kcal)　160g(268Kcal)　180g(302Kcal)

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
文化の日	739Kcal きのこのクリームパスタ 大根と梅おかか和え ゼリー	742Kcal ハンバーグ目玉焼きのせ レタス・トマト ご飯・ジャガイモのポタージュ	641Kcal 豚肉のチーズピカタ りんごとかぼちゃのサラダ ご飯・味噌汁	733Kcal 豚汁 納豆とろろご飯 小松菜胡麻マヨ和え		
10	11	12	13	14	15	16
636Kcal 天津飯 ほうれん草ともやしのナムル 春雨スープ	717Kcal 揚げ鳥のねぎソース かぶのサラダ ご飯・味噌汁	672Kcal マイタケ厚揚げオイスター炒め 白菜とちくわの煮物 ご飯・味噌汁	847Kcal ポークカレー ヨーグルトサラダ コンソメスープ	809Kcal さつまいも豚肉バター醤油炒め ひじきの煮物 ご飯・味噌汁		
17	18	19	20	21	22	23
633Kcal けんちんうどん かぼちゃのいとこ煮 みかん	760Kcal ピーマンの肉詰め ポテトサラダ ご飯。大根の味噌汁	741Kcal 豚丼 ワカメと胡瓜の酢の物 なめこと豆腐のみそ汁	590Kcal サバの味噌煮 ほうれん草の胡麻和え ご飯・トマト卵澄まし汁	617Kcal ジャンバラヤ・目玉焼き レタススープ ヨーグルト		勤労感謝の日
24	25	26	27	28	29	30
振替休日	661Kcal 野菜炒め 肉詰め厚揚げの甘辛煮 ご飯・えのき味噌汁	741Kcal ハッシュドビーフ キャロットラペ プリン	721Kcal 青椒肉絲 もやしとハム中華サラダ ご飯・ワカメの味噌汁	617Kcal 魚のホイル焼き いももち・ほうれん草のお浸し ご飯・味噌汁		

※事業所によって、メニューが変更になる場合があります。