

ミライプロジェクト新瑞橋 令和3年11月 献立表(前半)

月	火	水	木	金	土
					定食
					選択食
1	2	3	4	5	6
ご飯 牛肉コロッケ 切り干し大根の煮付け 味噌汁 525kcal	ご飯 麻婆茄子 白菜のおひたし 味噌汁 482kcal	ご飯 お魚定食 味噌汁 433kcal	ご飯 サーモンのマリネ 鶏肉のすき煮 味噌汁 492kcal	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 高野と里芋の含め煮 味噌汁 425kcal	ご飯 牛うま煮 筍とツナの煮物 味噌汁 585kcal
きつねうどん(温)	揚げ玉豆腐丼	塩豚ロース丼	ミートスパゲティ	鶏の照り焼き丼	鶏そば(温)
8	9	10	11	12	13
ご飯 豆腐のそぼろあん包み あさりとキャベツの生姜和え 味噌汁 523kcal	ご飯 鶏肉のあんかけ 薩摩芋と豆昆布の和え物 味噌汁 438kcal	ご飯 カニクリームコロッケ 法蓮草とベーコンバター炒め オニオンコンソメスープ 528kcal	ご飯 チキン南蛮 いんげんの胡麻和え 味噌汁 531kcal	ご飯 牛焼肉 かぼちゃの含め煮 味噌汁 448kcal	ご飯 タラの塩麴焼き ちくわと昆布の煮物 味噌汁 402kcal
カレーライス	ナポリタンスパゲティ	ロコモコ丼	きのこそば(温) +豆腐ハンバーグ	にゅうめん(温)	マーボー豆腐丼

ミライプロジェクト新瑞橋 令和3年11月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
15	16	17	18	19	20
ご飯 サバの塩焼き 筍とツナの煮物 味噌汁 476kcal	お楽しみ丼定食 味噌汁 450kcal	三色丼 いんげんと白木耳のナムル 味噌汁 526kcal	ご飯 さんまのみぞれ煮 炒り豆腐 味噌汁 468kcal	ご飯 フリの甘酢あんかけ ひじき煮 味噌汁 462kcal	ご飯 チキンのオーブン焼き マカロニと野菜のトマト煮 味噌汁 514kcal
味噌だれチキン丼	きつねうどん(温)	ミートスパゲティ	マーボー茄子丼	カレーライス	焼きそば
22	23	24	25	26	27
ご飯 豚の角煮 黒酢入り春雨サラダ 味噌汁 590kcal	ご飯 カレイの西京焼き 鶏肉のすき煮 味噌汁 435kcal	俵むすび(鮭) きつねうどん 鶏つくね 521kcal	ご飯 ねぎ塩豚ロース焼き カリフラワーのマリネ 味噌汁 493kcal	ご飯 豆腐ローフ ふきと筍の塩きんぴら 味噌汁 510kcal	ご飯 黒ムツ煮付 オクラと湯葉のおかか和え 味噌汁 483kcal
ナポリタンスパゲティ	牛焼肉丼	天津飯	カレーうどん(温)	揚げ玉豆腐丼	チキン南蛮丼
29	30	・選択メニューには副菜等も含まれます。 ・メニューは変更となる場合があります。			
ご飯 赤魚の煮付 厚揚げの彩り炒め 味噌汁 491kcal	ご飯 天ぷら盛り合わせ キャベツの酢の物 味噌汁 553kcal				
肉うどん(温)	焼きうどん				