

月	火	水	木	金	土
11月   					1
					ご飯 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草のお浸し 味噌汁 400kcal
					チキン南蛮丼
3	4	5	6	7	8
ご飯 牛うま煮 ワカメと水くわいの酢の物 味噌汁 531kcal	ご飯 お魚色々 惣菜 味噌汁 400kcal	五目ご飯 豆腐ローフ 肉じゃが 味噌汁 460kcal	ご飯 鶏肉のオニオンソース 菜の花の辛し和え 味噌汁 460kcal	ご飯 ピーマン肉詰め 切り干し大根の煮付け 味噌汁 409kcal	ご飯 豚肉のデミソース 花野菜の洋風煮 味噌汁 477kcal
きつねうどん（温）	豚生姜焼き丼	きのこそば（温）	和風パスタ	信田うどん（温）	焼きそば
10	11	12	13	14	15
ご飯 お魚色々 惣菜 味噌汁 400kcal	ご飯 豚の角煮 インゲンと白木耳のナムル 味噌汁 550kcal	ご飯 タラの塩麴焼き 青菜の煮浸し 味噌汁 400kcal	ご飯 おろしハンバーグ 南瓜サラダ 味噌汁 637kcal	ご飯 カレイと茄子のおろし煮 高野豆腐の含め煮 味噌汁 432kcal	ご飯 豆腐ハンバーグ 牛肉ごぼう 味噌汁 545kcal
カレーうどん（温）	かけそば（温）	ソースチキンカツ丼	あんかけうどん（温）	豚生姜焼き丼	味噌ササミカツ丼

ミライプロジェクト新瑞橋 令和7年11月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
17	18	19	20	21	22
ご飯 三元豚のロース生姜焼き オクラと湯葉のおかか和え 味噌汁 457kcal	ご飯 味噌だれチキン 菜の花の辛子和え お吸い物 433kcal	ご飯 牛焼肉 高野豆腐の玉子とじ 味噌汁 451kcal	ちらし寿司 豚バラ大根 味噌汁 496kcal	ご飯 豚ロースのマリネ ポテトサラダ 味噌汁 481kcal	ご飯 チキンのオープン焼き スパゲティサラダ 味噌汁 598kcal
ナポリタンスパゲティ	麻婆豆腐丼	大人のお子様ランチ	たぬきそば(温)	カレーライス	焼きうどん
24	25	26	27	28	29
ご飯 サンマのみぞれ煮 アサリとキャベツの生姜和え 味噌汁 408kcal	ご飯 天ぷら盛り合わせ 彩り白菜漬け 味噌汁 502kcal	ご飯 サワラの揚げ煮 モロヘイヤのお浸し 味噌汁 485kcal	ご飯 白身魚の野菜あんかけ ひじき煮 味噌汁 409kcal	ご飯 タラの塩麴焼き 厚揚げの彩り炒め 味噌汁 415kcal	ご飯 豚肉のあんかけ 野菜のマリネ 味噌汁 476kcal
角煮チャーハン	ミートスパゲティ	揚げ玉豆腐丼	豚のフレーク丼	牛焼肉丼	オクラおろしそば(冷)



＊選択メニューには副菜等も含まれます。
 ＊選択メニューにご飯・汁物が付いていない場合、
 ご希望する方は付けることができます。
 ＊メニューは変更となる場合があります。