

〇〇11・12月の献立予定表〇〇

令和8年 11・12月 県南青少年の家

	1.7.13.19.25.31日	2.8.14.20.26日	3.9.15.21.27日	4.10.16.22.28日	5.11.17.23.29日	6.12.18.24.30日
朝食	ご飯 みそ汁 オムレツ サラダ ポイルウインナー マカロニツナサラダ 海苔 ヨーグルト 漬物	ご飯 みそ汁 鮭の照り焼き サラダ 蒸ししゅうまい 春雨サラダ ふりかけ(たまご) ヨーグルト 漬物	ご飯 みそ汁 カレーコロッケ サラダ 厚焼卵 切干大根煮 納豆 ヨーグルト 漬物	ご飯 みそ汁 チキンナゲット サラダ ロースハム 魚肉ソーセージとキャベツのソテー 海苔 ヨーグルト 漬物	ご飯 みそ汁 さばの塩焼き サラダ 肉団子 カレー風味スパゲティサラダ ふりかけ(さけ) ヨーグルト 漬物	ご飯 みそ汁 牛肉コロッケ サラダ 厚焼卵 ピーマンサラダ 納豆 ヨーグルト 漬物
昼食	エビフライカレー 福神漬 スープ コーンサラダ フルーチェ	山菜なめこそば ゆかりご飯 揚げぎょうざのケチャップあんかけ 豆腐チャンプルー ぶどうゼリー	麻婆丼 スープ 鶏肉の塩こうじ唐揚げ ほうれん草のごま和え フルーツ(グレープフルーツ)	五目ご飯 すまし汁 アジフライ ジャーマンポテト フルーツ(りんご)	あんかけうどん 菜めしご飯 春巻き 小松菜の海苔和え ぶどうゼリー	ビビンバ風丼 スープ しゅうまい かぼちゃサラダ フルーツ(オレンジ)
夕食	ご飯 みそ汁 鶏天 サラダ ブロッコリーのカラフルサラダ 白菜のクリーム煮 フルーツ(グレープフルーツ) 漬物	ご飯 みそ汁 ナポリ風ハンバーグ サラダ キャベツの塩昆布和え がんもどきのポトフ フルーツ(オレンジ) 漬物	ご飯 みそ汁 さわらの青のりパン粉焼き サラダ きんぴらごぼう 肉団子の酢豚風 プリン 漬物	ご飯 みそ汁 ハニーマスタードチキン サラダ ほうれん草のソテー 五目煮 オレンジゼリー 漬物	ご飯 みそ汁 豚肉のスタミナ炒め サラダ 鶏ささみの中華和え シーフードシチュー フルーツ(グレープフルーツ) 漬物	ご飯 みそ汁 赤魚のねぎみそ焼き サラダ 切干大根のプルコギ風 ロールキャベツのトマト煮 りんごゼリー 漬物

* 仕入れの都合により献立を変更することがございますので、ご了承くださいませようお願い致します。

* 食物アレルギーの方には、代替食・除去食を準備致しますのでご相談ください。