

貝塚いぶき作業所
2023年 11月 献立表

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		ご飯 鶏肉のBBQグリル 金平ごぼう 青梗菜からし和え 味噌汁 I補給 - 727 kcal	栗ご飯 太刀魚の竜田揚げ ごった煮 白菜の土佐和え 豚汁 I補給 - 784 kcal	お休みです (給食はありません) 	お休みです (給食はありません) 
	6	7	8	9	10
ご飯 皿うどん 竹輪の磯辺揚げ 小松菜の和え物 味噌汁 I補給 - 829 kcal	ご飯 鶏の唐揚げ 高野豆腐の煮物 青梗菜のお浸し 味噌汁 I補給 - 872 kcal	ご飯 鮭のハニーマスタード 冬瓜のくず煮 キャベツの和え物 春雨スープ I補給 - 941 kcal	ご飯 煮込みハンバーグ うまい菜の煮浸し かぼちゃサラダ 味噌汁 I補給 - 958 kcal	おやこどん コロッケ なす生姜和え 味噌汁 I補給 - 629 kcal	お休みです (給食はありません) 
13	14	15	16	17	18
お休みです (給食はありません) 	ご飯 ハッシュドミートボール 人参しりしり 小松菜のお浸し I補給 - 727 kcal	中華丼 揚げと昆布の煮物 じゃがいもそら豆サラダ 味噌汁 I補給 - 673 kcal	ご飯 赤魚の幽庵焼き 千切り煮物 かに風味サラダ 味噌汁 I補給 - 599 kcal	ご飯 とんかつ しろ菜の炒め物 大根マリネ 味噌汁 I補給 - 881 kcal	ご飯 野菜炒め じゃがいもソテー ほうれん草のサラダ 中華スープ I補給 - 674 kcal
20	21	22	23	24	25
ご飯 豚キムチ がんもの煮物 ちくわサラダ わかめスープ I補給 - 700 kcal	カレーライス(丼カツ) 野菜サラダ りんごゼリー I補給 - 1001 kcal	ご飯 太刀魚の天ぷらおろし煮 若竹煮 ほうれん草の和え物 味噌汁 I補給 - 763 kcal	お休みです (給食はありません) 	ご飯 ラーメン 大根の炒め煮 白菜と揚げの浸し I補給 - 659 kcal	ご飯 チャプチェ じゃが芋甘辛煮 コールスローサラダ 味噌汁 I補給 - 698 kcal
27	28	29	30		
ご飯 海老フライ&白身魚フライ 平天と野菜の煮物 青梗菜のお浸し 味噌汁 I補給 - 951 kcal	ご飯 鶏の照り焼き スパゲティーソテー 小松菜の生姜醤油和え 味噌汁 I補給 - 788 kcal	ご飯 豚とナスの味噌炒め シュウマイ 加万ワのルソカタ 中華スープ I補給 - 772 kcal	牛丼 レンコン炒め うまい菜のナムル風 味噌汁 I補給 - 732 kcal		