

2020 年 11 月 メニュー



ご飯 みそ汁
 ミックスフライ
 小松菜としめじのお浸し
 もずくと胡瓜の酢の物
 柿 *648kcal*



ご飯 みそ汁
 鮭塩焼き
 厚揚げと大根の含め煮
 キャベツの塩昆布和え
 ヨーグルト *660kcal*



ご飯 みそ汁
 治部煮
 ほうれん草の山かけ
 つけ物
 ジョア *693kcal*



洋風炊き込みご飯
 野菜スープ
 ロールキャベツ
 南瓜とさつま芋サラダ
 いちごゼリー *689kcal*



ご飯 みそ汁
 豚肉の生姜焼き
 冬瓜の蟹あんかけ
 オクラの和え物
 水まんじゅう *707kcal*

