

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

