

2021 年 11 月 メニュー



ご飯 みそ汁
鮭フライ
サラダ冷奴
もずくと胡瓜の酢の物
りんご 715kcal



ご飯 豆乳豚汁
ほきの塩焼き
マカロニ野菜サラダ
小松菜のさっと煮
今川焼 700kcal



ご飯 みそ汁
治部煮
ほうれん草の山かけ
ジョア 678kcal



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 708kcal

