

2025年 11月 の配食弁当



月	火	水	木	金	土
					1
					<ul style="list-style-type: none"> ● 肉豆腐 ● シイラの青じそ焼き
3	4	5	6	7	8
<ul style="list-style-type: none"> ● 豚肉とキャベツのソテー ● イワシの煮物 	<ul style="list-style-type: none"> ● 鶏肉の田舎煮 ● タラの幽庵焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ● ハッシュドポーク ● 赤魚の煮付け 	<ul style="list-style-type: none"> ● チキンときのこのソテー ● カレイの旨煮 	<ul style="list-style-type: none"> ● 豚肉のしぐれ煮 ● 白身魚のフライ 	<ul style="list-style-type: none"> ● 鶏肉の味噌焼き ● サワラの生姜焼き
10	11	12	13	14	15
<ul style="list-style-type: none"> ● チキンのちゃんちゃん焼き ● サバの塩焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ● 豚肉と白葱の旨煮 ● サーモンの白醤油焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ● 照焼きチキン ● シイラの柚ポン酢 	<ul style="list-style-type: none"> ● 豚肉のみぞれ煮 ● 白身魚のマススタート焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ● チキンの甘酢ソース ● カレイの醤油煮 	<ul style="list-style-type: none"> ● 豚の生姜焼き ● イワシのオープン焼き
					十五穀米
17	18	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> ● すき焼き ● シイラの醤油焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ● メンチカツ ● 白身魚の旨煮 	<ul style="list-style-type: none"> ● 豚肉と木ノ子の煮物 ● 赤魚の信州蒸 	<ul style="list-style-type: none"> ● チキンのクリーム煮 ● 鮭の粕煮 	<ul style="list-style-type: none"> ● 豚ロースカツ ● カレイの味噌チーズ焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ● 豆腐ハンバーグ ● サワラのマヨ焼き
		人参ご飯			
24	25	26	27	28	29
<ul style="list-style-type: none"> ● 豚肉ともやしのソテー ● 白身魚のチリソース 	<ul style="list-style-type: none"> ● 煮込みハンバーグ ● シイラのチーズ焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ● 豚肉の甘辛煮 ● 鮭の明太マヨ焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ● 鶏肉の味噌焼き ● 赤魚の煮付 	<ul style="list-style-type: none"> ● 豚肉のブルコギ ● サワラの味噌焼き 	<ul style="list-style-type: none"> ● チキンの赤ワイン煮込み ● 白身魚のタルタル焼き
きのこご飯					
				<p>今月の変わりご飯</p> <p>15日(土) 十五穀米 19日(水) 人参ご飯 24日(月) きのこご飯</p>	