



# ライト弁当 献立表



11月 18日(月)	11月 19日(火)	11月 20日(水)	11月 21日(木)	11月 22日(金)
ハンバーグ オムレツ コールスロー カレーソース	もちもち肉味噌フライ 厚焼玉子 焼そば	イカカツ 黒酢肉団子 コールスロー	カレイの磯辺天ぷら プチハンバーグ コールスロー	特製春巻 お好み焼 コールスロー
きゃべつの和え物	切干大根のサラダ	春雨の中華和え	切干大根の中華サラダ	春雨とわかめのサラダ
竹の子の炒め物	カリフラワーのスープ煮	チンゲン菜の煮物	きゃべつの塩ダレ炒め	五目煮
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
11月 25日(月)	11月 26日(火)	11月 27日(水)	11月 28日(木)	11月 29日(金)
アジフライ タルタルソース 八幡巻 コールスロー	きのこバターオムレツ 醤油イカカツ スパンテー	カレーコロッケ れんこんつくね コールスロー	ビーフメンチカツ 紅生姜さつま コールスロー	チキンステーキおろしソース チーズ餃子 コールスロー
わかめとコーンの和え物	きゃべつとハムのサラダ	ひじきのサラダ	きゃべつの中華和え	大根のたらこマヨ和え
すき煮	白菜のスープ煮	ザーサイの甘辛炒め	うま煮	蒟蒻のピリ辛煮
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート

