

11月献立表

月替わり
メニュー
(月～金)

1食
おかず
のみ

500円

(税込)

ごはん付セット570円(税込)大盛+30円

月

火

水

木

金

3日

文化の日

4日

トマトソースハンバーグ
和風パスタ
隠元みそマヨ

5日

鯖の照焼
肉ともやしの麻辣炒め
大根味噌煮

6日

鶏唐チリソース
韓国風チャプチェ
マカロニサラダ

7日

鱈の竜田あん
坦々野菜炒め
筑前煮

10日

味噌とんかつ
ひじき煮
オクラ和え

11日

肉餃子
焼豚野菜味噌炒め
おでん

12日

フライドチキン
五目金平
切干し大根煮

タタキ付

13日

ハムステーキ
小松菜炒り煮
インド風ビーフンソテー

14日

青椒肉絲
落の和風煮
柚子コンニャク

17日

BBQソースハンバーグ
ナポリタン
根菜マリネ

18日

ハムカツ
隠元と牛蒡和風炒め
オムレツ

19日

豚すき焼き
コーンサラダ
野菜炒め

20日

カツ&カレー
大根金平
ビビンバ春雨

21日

焼売
オニオンソース
玉子と木耳オイスター炒め
キャベツマリネ

24日

勤労感謝の日(振替休日)

25日

鯖西京焼
ほうれん草平焼き
根菜煮

26日

鶏唐油林
麻婆春雨
巾着と野菜煮

27日

カニクリームコロッケ
南瓜照焼
玉子サラダ

蔵王ミルク

28日

海老フライ卵とじ風
ニラともやしラー油炒め
キャベツゆかり和え



いわき市配食サービス
もご利用出来ます

※土日祝祭日はお休みになります
※おかずは400Kcal前後になります

