

# 12月献立表

2020年 11月 30日 ~ 12月 5日

11/30日(月) 509Kcal	12/1日(火) 517Kcal	2日(水) 513Kcal	3日(木) 497Kcal	4日(金) 508Kcal	5日(土) 487Kcal
<b>メンチカツ</b>	<b>天井</b>	<b>白身魚フライ</b>	<b>鮭の塩焼き</b>	<b>和風ハンバーグ</b>	<b>おでん煮</b>
<b>丸ハム</b>	イカ タラ さつま芋	<b>コロッケ</b>	<b>といてん</b>	<b>エビフライ</b>	竹輪 厚揚げ
<b>なんこつ唐揚げ</b>	茄子の味噌炒め	<b>ピリ辛ナムル</b>	レンコンの天ぷら	中華風スパゲティ	こんにゃく 玉子
<b>明太スパゲティ</b>	南瓜のタルタルサラダ	豚肉の生姜焼き	糸コンニャクの炒め物	ほうれん草のソテー	<b>大根</b>
<b>青梗菜のごま和え</b>	ほうれん草のお浸し	オクラのごま和え	小松菜のマヨ和え	<b>小芋煮</b>	<b>鯖の塩焼き</b>
<b>大根のごま油炒め</b>	カニカマスティック	切干大根の煮物	<b>ひじき煮</b>	大根のマヨサラダ	肉団子の酢豚風
<b>白菜のツナ和え</b>	<b>みかん</b>	<b>がんも煮</b>	<b>ねり梅</b>	タピオカ団子(デザート)	

※材料入荷の都合により変更になる場合があります  
 ※食品衛生上13時までにお召し上がりください  
 ※ご飯のカロリーは含まれておりません  
 ※土曜日はお届け時間が異なる場合がございます



株式会社 のむら給食  
 大阪府羽曳野市郡戸421  
 TEL 072-939-0444