



献立表



スープ・コト豊中桃山台

	11/3 (月)	11/4 (火)	11/5 (水)	11/6 (木)	11/7 (金)	11/8 (土)	11/9 (日)
朝食	和食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		茄子のケチャップ炒め	白菜の煮浸し	豆腐の甘辛炒め	しろ菜ソテー	ポトフ風	野菜炒め
		ごま和え	大根サラダ	三度豆の和え物	パンプキンサラダ	オクラの和え物	スパゲティサラダ
		味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	洋食	食パン	食パン	食パン	レーズンドッグ	食パン	食パン
		茄子のケチャップ炒め	白菜の煮浸し	豆腐の甘辛炒め	しろ菜ソテー	ポトフ風	野菜炒め
		果物	果物	果物	果物	果物	果物
		飲料	飲料	飲料	飲料	飲料	飲料
昼食	●	きのこご飯	ご飯	オムライス	ご飯	ご飯	ご飯
		鰯の梅肉焼き	かき揚げそば		キーマカレー	豚汁うどん	玉子巻き寿司
							
		里芋柚香煮	かぶサラダ	ポテトソテー	カリフラワーのソテー	菜の花の和え物	大豆の煮物
		小松菜おひたし	漬物	マカロニサラダ	春雨サラダ		大根煮物
		味噌汁		果物		春菊のおひたし	インゲンわさび和え
		匂きのこ		たまごの日		すまし汁	味噌汁
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	鶏のマダード焼き	豚肉のオイスター炒め	カレイのムニエル	蒸し鮭の香味ソース	豆腐チャンプル	赤魚の甘酢和え	豚肉の塩麹炒め
	菜の花煮浸し	ごぼうおかか煮	高野豆腐の煮物	小松菜ソテー	冬瓜煮	がんものの煮物	かぼちゃの煮物
	オクラの甘酢和え	青菜の和え物	デザート	根菜サラダ	ほうれん草磯和え	小松菜和え物	ほうれん草ポン酢和え
	すまし汁	味噌汁	すまし汁	すまし汁	すまし汁	味噌汁	すまし汁



■たまごの日■

たまごの日は、日本養鶏協会・日本卵業協会など関係団体が合意して2010年に制定されました。卵の正しい知識を広め、消費を促進するため、語呂合わせで「いい(11)たまご(05)」となる11月5日に決定。卵はタンパク質やビタミン・ミネラルを豊富に含み、特に卵黄には脳の働きを活性化させる効果があるとされています。

写真はイメージです。