

11月の献立表

	日	月	火	水	木	金	土
朝	1日	2日	3日(文化の日)	4日	5日	6日	7日
	パン又はおかゆ 豆乳煮(白菜) 牛乳	パン又はおかゆ スープ仕立て 牛乳	パン又はおかゆ ポテトサラダ 牛乳	パン又はおかゆ 洋風だし巻き 牛乳	パン又はおかゆ マヨサラダ 牛乳	パン又はおかゆ もやしのソテー 牛乳	パン又はおかゆ ポトフ風 牛乳
昼	ごはん 豚の南部焼き 大根と絹揚げの煮物 マカロニサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 豚ともやしの野菜炒め コンソメ煮(じゃが芋) 法蓮草の塩ごまだれ和え 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚のムニエル 炒め煮(キャベツ) 大根の和え物 コンソメスープ 漬物	ごはん おろしハンバーグ 煮合い フロッコリーのピーナツ和え 味噌汁 漬物	散らし寿司 高野の煮物 マンゴー缶 赤だし	わかめごはん お好み焼き 炒め物(しろな) 柚子生酢 味噌汁	ごはん 豚の山椒煮 田楽豆腐 和え物(ほうれん草) 清汁 漬物
おやつ	レアチーズ	菓芋まんじゅう	ココアカップケーキ	酒まんじゅう	きな粉プリン	みるくまんじゅう(抹茶あん)	クリームコンフェ
夕	ごはん 油淋鶏 煮浸し(キャベツ) フルーツ缶 味噌汁 漬物	菜めし 三色福荷の炊き合わせ 隠元ソテー もずく酢 味噌汁	ごはん 牛血 揚げ豆腐 胡瓜の青じそドレ和え 味噌汁 漬物	ごはん 鱈の味噌煮 法蓮草のソテー 和え物(キャベツ) 清汁 漬物	ごはん 鶏の照り焼き ひじきの煮物 トマトドレサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 八宝菜 たたき胡瓜 杏仁豆腐の杏ソースかけ 中華スープ 漬物	ごはん タンドリーチキン 大根と竹輪の煮物 りんごドレサラダ(アスパラ) 味噌汁 漬物
朝	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
	パン又はおかゆ ミートオムレツ 牛乳	パン又はおかゆ ふかしジャガ 牛乳	パン又はおかゆ 干草焼 牛乳	パン又はおかゆ 和え物(うまい菜) 牛乳	パン又はおかゆ だし巻き卵 牛乳	パン又はおかゆ うまい菜のソテー 牛乳	パン又はおかゆ オムレツ 牛乳
昼	ごはん 豚のバター醤油炒め 黒豆がんも煮 黄桃缶 味噌汁 漬物	ごはん 肉団子の更紗あんかけ 煮浸し(小松菜) たたき牛蒡 味噌汁 漬物	菜めし 塩ラーメン 煮物(豚・絹揚げ) ごまだれ和え(大根) 味噌汁 漬物	ごはん 鶏じゃが スパゲティサラダ フルーツ缶 味噌汁 漬物	カレーライス マリネ(キャベツ) 杏仁マンゴー 漬物	ごはん 親子とし ひじきの煮物 フルーツ缶 味噌汁 漬物	ごはん 豚の筑前煮 豆腐の梅だれかけ 胡瓜の香味和え 味噌汁 漬物
おやつ	ケーキ・紅茶	どら焼き	チョコレートケーキ	紅茶パウンドケーキ	黒糖まんじゅう(白あん)	スイートポテト	きんつば
夕	ごはん 焼き餅の南蛮漬け さつま芋の甘煮 キャベツの和え物 味噌汁 漬物	ごはん 秋刀魚の生姜煮 葱の酢味噌和え 炒め物(大根・にら) 鶏銀杏茶碗蒸し 漬物	ごはん 鶏の梅風味焼き 卵の花 マンゴー缶 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の揚げ浸し 里芋煮 白菜のレモン風味 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の香辛パン粉焼き 里芋煮 チンゲン菜の塩ごま和え 味噌汁 漬物	ごはん ホッケの塩麹焼き 銀杏がんも煮 柚子ドレ和え(キャベツ) 豚汁 漬物	ごはん 白身魚のグリル もやしと鶏の炒め物 イカ黄金 味噌汁 漬物
朝	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
	パン又はおかゆ 照り焼き風肉団子 牛乳	パン又はおかゆ 磯巻き 牛乳	パン又はおかゆ 豆乳煮(大根) 牛乳	パン又はおかゆ スクランブルエッグ 牛乳	パン又はおかゆ キャベツサラダ 牛乳	パン又はおかゆ トマトスープ仕立て 牛乳	パン又はおかゆ ひじきサラダ 牛乳
昼	ごはん 鱈の焼き浸し さつま芋煮 卵豆腐 味噌汁 漬物	わかめごはん 和風パスタ コロケ サラダ(カリフラワー) ミルクスープ	ごはん 鮭の岩焼き ソテー(キャベツ) 南瓜サラダ 味噌汁 漬物	炊き込みご飯 赤魚の西京焼き 筍と蹄の煮物 イカ桜炒焼き 清汁	ごはん チキン南蛮 煮浸し(小松菜) ごま豆腐 味噌汁 漬物	鮭フレークごはん 絹揚げの煮物 和え物(チンゲン菜) マンゴー缶 味噌汁	ごはん 鱈の照り煮 干草焼 煮物(牛蒡) 味噌汁 漬物
おやつ	苺ゼリー	パウンドケーキ	ワッフル	コーヒーゼリー	ワッフル	喫茶の日	抹茶カップケーキ
夕	ごはん 鶏の柚子茶煮 キャベツソテー ポテトサラダ 味噌汁 漬物	ごはん かれいの甘酢あんかけ 茎わかめの煮物 和え物(ほうれん草) 味噌汁 漬物	ごはん 寄せ鍋風 運根金平 マンゴープリン 漬物	ごはん 焼き肉風 大根サラダ 黄桃缶 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚のカレーソースかけ コンソメ煮(白菜) 胡瓜の甘酢和え 清汁 漬物	ごはん 豚とキャベツの和風炒め ふろふき大根 刻みオクラ 清汁 漬物	ごはん クリームチキン 炒め物(うまい菜) みかん缶 味噌汁 漬物
朝	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
	パン又はおかゆ オムレツ 牛乳	パン又はおかゆ かにすり身 牛乳	パン又はおかゆ 白菜の和え物 牛乳	パン又はおかゆ 海老そぼろだし巻き 牛乳	パン又はおかゆ 鶏じゃが 牛乳	パン又はおかゆ オムレツ 牛乳	パン又はおかゆ ソテー(チンゲン菜) 牛乳
昼	ごはん 肉じゃが 奴豆腐 マリネ(キャベツ) 味噌汁 漬物	ごはん 鮭の香味焼き 白菜と鶏の煮物 胡瓜のレモン和え 粕汁 漬物	ごはん 鮭のマスタード焼き 根菜煮(牛蒡・蹄) 白桃缶 味噌汁 漬物	ごはん 鮭の煮付け チンゲン菜の炒め物 大根サラダ 味噌汁 漬物	ごはん 福寿司(2個) あんかけ卵とじうどん 煮物(蓮根) フルーツ缶	ごはん 赤魚の焼き浸し 里芋煮 キャベツのサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 豚のオイスター炒め 一口がんも煮 カリフラワーサラダ 味噌汁 漬物
おやつ	氷ようかん	パンケーキ	もみじまんじゅう	サンドケーキ(リンゴジャム)	抹茶しぐれ	ファンシーケーキ	団子まんじゅう
夕	ごはん 白身魚のコンソメソースかけ 大豆煮 もやしのサラダ(梅ドレ) 味噌汁 漬物	ごはん ハンバーグ 煮浸し(キャベツ) フルーツ缶 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚のムニエル もやしの炒め物 隠元サラダ 清汁 漬物	ごはん ポークチャップ 含め煮 ひじきの炒り煮 赤だし 漬物	ごはん 鮭の塩焼き 法蓮草のソテー さつま芋サラダ 味噌汁 漬物	ごはん オレンジチキン 煮浸し(小松菜) 白菜の和え物 味噌汁 漬物	菜めし おでん 金平牛蒡 胡瓜のあっさり和え 金時豆
朝	29日	30日	日	日	日	日	日
	パン又はおかゆ だし巻き卵 牛乳	パン又はおかゆ 白菜の和え物 牛乳					
昼	ごはん 白身魚のマリネソースかけ 煮物(キャベツ) もやしのごま和え 味噌汁 漬物	ごはん 筑前煮 豆腐の味噌だれかけ うまい菜の青じそドレ和え 味噌汁 漬物					
おやつ	プリン	黒糖まんじゅう					
夕	ごはん クリームシチュー しろなのソテー フロッコリーサラダ 漬物	ねぎとろ丼 大根の塩煮 マンゴー缶 味噌汁					
朝	日	日	日	日	日	日	日
昼							
おやつ							
夕							