

11月の献立表

	日	月	火	水	木	金	土
	日	日	1日	2日	3日	4日	5日
朝			パン又はおかゆ ポテトサラダ 牛乳	パン又はおかゆ 大豆のコンソメ煮 牛乳	パン又はおかゆ 豆乳スープ仕立て 牛乳	パン又はおかゆ 白菜の香味和え 牛乳	パン又はおかゆ 山芋のそぼろ煮 牛乳
昼			さつま芋ごはん 焼酎の南蛮漬け 大根の炒め物 キャベツのお浸し 味噌汁	ごはん レモンチキン えびつみれの煮物 随元のピーナツ和え 味噌汁 漬物	ごはん 焼き肉風 小松菜の煮浸し キャベツのドレ和え 赤だし 漬物	ごはん 豚の和風炒め・ミニオムレツ ひじきの煮物 大根サラダ 味噌汁 漬物	ごはん 鶏のオニオンソース煮 蓮根の炒め生酢 ほうれん草のごま和え 味噌汁 漬物
おやつ			パバロアシュークリーム	酒まんじゅう	きな粉プリン	みるくまんじゅう	フチクレープ(チョコ)
夕			ごはん 牛乳 イカ炊き焼き ほうれん草の和え物 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の香草焼き 一口がんと二 刻みとろろのゆかり和え 味噌汁 漬物	ごはん おろしハンバーグ さつま芋煮 玉葱のマリネ 味噌汁 漬物	ごはん 鶏の焼き合わせ 切干大根 肉金平 マンゴー缶 味噌汁 漬物	ごはん ホクホクの塩麹焼き 切干大根 随元のドレ和え 豚汁 漬物
朝	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
朝	パン又はおかゆ かにかま入りだし巻き 牛乳	パン又はおかゆ 洋風お浸し(チンゲン菜) 牛乳	パン又はおかゆ 干草焼 牛乳	パン又はおかゆ ソーゼージソー 牛乳	パン又はおかゆ だし巻き卵 牛乳	パン又はおかゆ しろなのソー 牛乳	パン又はおかゆ ブレンオムレツ 牛乳
昼	ごはん 赤魚の煮付け キャベツの炒め物 胡瓜の酢の物 味噌汁 漬物	ごはん ミートローフ もやしとツナの炒め物 南瓜サラダ 味噌汁 漬物	菜めし しっぽくうどん 里芋煮 キャベツのサラダ	キーマカレー ブロッコリーの和え物 黄桃・白桃缶 漬物	ごはん 白身魚のソー チンゲン菜の炒め煮 大根の和え物 味噌汁 漬物	ごはん 牛肉のオイスター炒め 切干大根 バンゴ缶・みかん缶 味噌汁 漬物	ごはん 豚の香味炒め 切干大根 胡瓜のごま酢和え 味噌汁 漬物
おやつ	フルーチェ	鯉焼き(ミニ)	チョコパバロア	紅茶パウンドケーキ	黒糖まんじゅう	スイートポテト	抹茶プリン
夕	ごはん 八宝菜 煮物(じゃが芋) 杏仁豆腐 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の揚げ浸し ひじきの塩だしとろろ炒め 白菜のゆかり和え 味噌汁 漬物	ごはん 枝豆がんもの炊き合わせ 大根の塩だしとろろ炒め ヨーグルト 味噌汁 漬物	ごはん 鱈の生姜煮 大根の炒め物 葱ともやしの酢味噌和え 清汁 漬物	ごはん 寄せ鍋風 味噌金平 洋なし缶 漬物	ごはん 銀ひらすの照り焼き お魚厚揚げ煮 キャベツのドレ和え 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚のトマトソースかけ 干草焼 ポテトサラダ 味噌汁 漬物
朝	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
朝	パン又はおかゆ チャウダースープ 牛乳	パン又はおかゆ 磯巻き卵 牛乳	パン又はおかゆ 白菜の煮浸し 牛乳	パン又はおかゆ ハムチーズピカタ 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 しろなの和え物 牛乳	パン又はおかゆ うまい葉のソー 牛乳
昼	ごはん 鱈の味噌煮 ふろふき大根 マカロニサラダ 清汁 漬物	ゆかりごはん 海鮮ちゃんぽん 炒め煮(豚・絹揚げ) 大根のピーナツドレサラダ	ごはん おろしとんかつ 卵の花 胡瓜のあっさり和え 味噌汁 漬物	ごはん かれの魚田菜 といこ煮 マカロニサラダ 清汁 漬物	ごはん 鶏チリ 煮浸し(小松菜) バンゴ缶 味噌汁 漬物	散らし寿司 煮物(絹揚げ・人参) お魚厚揚げ煮 キャベツのドレ和え 茶碗蒸し 味噌汁 漬物	ごはん 鱈の煮付け マンゴ缶 長芋とろろ 豚汁 漬物
おやつ	ケーキ・紅茶	米粉ドッグミニ	みるくまんじゅう	ハンケーキ	コーヒゼリー	ミニ今川焼	オレンジシフォンカップケーキ
夕	ごはん 鶏の塩麹蒸し キャベツのソー 卵豆腐 味噌汁 漬物	ごはん 赤魚の焼き浸し 高野のそぼろ煮 ほうれん草の和え物 味噌汁 漬物	ごはん 鱈の山椒煮 ふかしじゃが キャベツの和え物 味噌汁 漬物	ごはん 牛のオイスター炒め 三色福寿の煮物 チンゲン菜の和え物 味噌汁 漬物	ごはん 揚げ豆腐 大根の肉金平 胡瓜の甘酢和え 味噌汁 漬物	ごはん 肉じゃが えびシューマイ 色寒天 味噌汁 漬物	ごはん クリームチキン 一口がんと煮 キャベツのドレ和え 味噌汁 漬物
朝	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
朝	パン又はおかゆ スープ仕立て	パン又はおかゆ ブロッコリーのおから和え 牛乳	パン又はおかゆ スープ仕立て 牛乳	パン又はおかゆ 洋風だし巻き 牛乳	パン又はおかゆ 筑前煮 牛乳	パン又はおかゆ ブレンオムレツ 牛乳	パン又はおかゆ ほうれん草のソー 牛乳
昼	ごはん 豚の生姜炒め 利休煮(大根) ほうれん草のピリ辛和え 清汁 漬物	たご飯 鱈の香味焼き 切干大根 みかん 味噌汁	ごはん 鶏の照り焼き 枝豆とベーコンのソー 奴豆腐 清汁 漬物	ごはん 鱈の塩焼き 高野の煮物 チンゲン菜のお浸し 赤だし 漬物	福寿司 あんかけにゅうめん しろなのソー マンゴ缶	ごはん 鶏のマスタード焼き キャベツのソー ごま豆腐 味噌汁 漬物	ポークカレー カリフラワーのドレ和え 黄桃・バンゴ缶 漬物
おやつ	レアチーズ風ムース	とと焼き(いちごクリーム)	バウムクーヘン	みるくまんじゅう	水ようかん	喫茶の日	黒糖まんじゅう
夕	ごはん 白身魚のタルタルかけ 大豆のトマト煮 もやしのドレ和え 味噌汁 漬物	ごはん ハンバーグ 煮浸し(白菜) 金時豆 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の甘酢あん もやしの炒め物 ひじきサラダ 中華スープ 漬物	ごはん ポークチャップ 南瓜の含め煮 もやしサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 牛肉と大根の煮込み イカ炊き焼き さつま芋サラダ 味噌汁 漬物	ごはん メバルの焼き浸し 里芋煮 白菜のミルク和え 味噌汁 漬物	ごはん おでん 金平牛蒡 胡瓜のレモン和え 漬物
朝	27日	28日	29日	30日	日	日	日
朝	パン又はおかゆ だし巻き 牛乳	パン又はおかゆ ブロッコリーのごま和え 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 海鮮豆腐ステーキ 牛乳			
昼	ごはん 白身魚の香草焼き 大豆に 和え物(もやし) 味噌汁 漬物	ごはん お好み焼き ひじきの炒め煮 キャベツのサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 豚の塩だれ炒め かにシューマイ 白菜の梅和え 味噌汁 漬物	ごはん メンチカツ 煮物(絹揚げ) 洋なし缶 味噌汁 漬物			
おやつ	プリン	きんつば	マドレーヌ	フルーツムース			
夕	ごはん 肉団子の野菜あん チンゲン菜の炒め煮 ミルク寒天 味噌汁 漬物	ごはん 鶏のやわらか煮 奴豆腐 しろなの洋風お浸し 味噌汁 漬物	ねぎとろ丼 卵の花 胡瓜の昆布和え 味噌汁	ごはん 鱈の若狭焼き 大根のとろみ炒め 斗六豆 味噌汁 漬物			