

11月 献立表

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日			
日									
昼食								1日	2日
おやつ								ご飯 汁物 あじの南蛮漬け 車麩の煮物 ポテトサラダ ゼリー 香の物 チョコプリン	ご飯 汁物 から揚げねぎソース アスパラの炒め物 ごま酢和え ゼリー 香の物 たい焼き
日	4日	5日	6日	7日	8日	9日			
昼食	ご飯 汁物 酢豚 ビーフソテー もやしナムル ゼリー 香の物	親子丼 汁物 温野菜サラダ 里芋の煮物 ゼリー 香の物	ご飯 汁物 鯖の西京焼き なすの揚げ出し ピーナッツ和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 豚の生姜焼き ふきの煮物 彩り千切りサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 白身魚のバター醤油焼き 卵の花 トマトサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 ハンバーグ しらすと青菜の炒め物 マカロニサラダ ゼリー 香の物			
おやつ	カステラ	プリン	今川焼 (こしあん)	コーヒーゼリー	キャラメルケーキ	豆乳プリン			
日	11日	12日	13日	14日	15日	16日			
昼食	ご飯 汁物 麻婆豆腐 海老シュウマイ キャベツの塩こぶ和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 あじフライ 人参と小松菜の炒め物 白和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 なすとピーマンの肉みそ炒め ほうれん草のお浸し なめ茸和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 鮭のちゃんちゃん焼き 生揚げと筍の煮物 オクラと長芋の和え物 ゼリー 香の物	ご飯 汁物 信田巻き きんぴらごぼう 酢の物 ゼリー 香の物	ご飯 汁物 金目鯛の煮つけ 高野豆腐の炊き合わせ 和風サラダ ゼリー 香の物			
おやつ	オレンジケーキ	キャラメルプリン	たこ焼き	どら焼き	ミルク葛餅	チョコレートケーキ			
日	18日	19日	20日	21日	22日	23日			
昼食	ご飯 汁物 鯖の味噌煮 春雨サラダ ほうれん草の和え物 ゼリー 香の物	カレーライス 汁物 ツナサラダ ゼリー	ご飯 汁物 ブリの照り焼き ぜんまい煮物 いんげんの胡麻和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 メンチカツ 豆腐サラダ胡麻ソース 小松菜の煮びたし ゼリー 香の物	混ぜご飯 汁物 鮭の利休焼き 冬瓜のそぼろ煮 胡瓜の生姜和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 鶏の照り焼き 筍の煮物 オクラの和え物 ゼリー 香の物			
おやつ	カルピスゼリー	蒸しパン(黒糖)	黒ごまプリン	ロールケーキ	イチゴプリン	大福(つぶあん)			
日	25日	26日	27日	28日	29日	30日			
昼食	ご飯 汁物 赤魚の煮つけ 切り干し大根の煮物 温野菜サラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 豆腐のハンバーグ ひじきの煮物 スパゲティーサラダ ゼリー 香の物	ご飯 汁物 牛バラしぐれ煮 ブロッコリーの蟹あんかけ ほうれん草のごま和え ゼリー 香の物	ご飯 汁物 カレーの煮付け ちくわの磯辺炒め コールスロー ゼリー 香の物	ご飯 汁物 焼肉炒め 菜の花の胡麻和え 冷奴 ゼリー 香の物	ご飯 汁物 魚の野菜あんかけ さつまいものレモン煮 友禅和え ゼリー 香の物			
おやつ	きんつば	抹茶プリン	マロンケーキ	かぼちゃプリン	お好み焼き	ヨーグルトゼリー			