

# 11月

# 献立表

	(月)	(火)	(水)	(木)	1 (金)	2 (土)	3 (日)
昼食					さつま芋ご飯 ◎チキンカツ ◎さばの幽庵焼き 金平牛蒡 春菊の白和え なめこ汁 梨	ご飯 ◎肉豆腐 ◎鮭の西京漬け焼き ブロッコリーといかの煮物 めかぶの酢の物 かきたま汁 白桃缶	◎ほうとうきしめん ◎山菜そば 里芋の煮っころがし 豆苗と帆立の和え物 バナナ
	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)
昼食	ご飯 ◎チキンステーキ ◎シーフードシチュー いんげんとウィンナーのソテー スパサラダ オニオンスープ フルーツミックス缶	ご飯 ◎ポークチャップ ◎秋刀魚の梅煮 冬瓜のホタテあんかけ キャベツとささみの和え物 すまし汁 パイン生	<b>お楽しみ食</b> 	ご飯 ◎豚肉の甘辛炒め ◎白身魚の紅葉焼き きのこの煮物 青梗菜の和え物 あさりの味噌汁 洋梨缶	ご飯 ◎麻婆豆腐 ◎八宝菜 焼売 くらげの中華和え 中華スープ 白桃缶	ご飯 ◎鶏のから揚げ ◎さばの味噌煮 もやしの煮浸し 水菜とカニのサラダ すまし汁 キウイヨーグルト	ご飯 ◎牛肉の生姜煮 ◎赤魚の酒蒸し しらたきのたらこ炒め ひじきとツナの和え物 けんちん汁 りんご
	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	17 (日)
昼食	◎カレーうどん ◎とろろそば 金平蓮根 いんげんのくるみ和え 黄桃缶	ご飯 ◎サバの紅葉焼き ◎鶏肉の治部煮 里芋の煮物 しらすおろし すまし汁 パイン缶	ご飯 ◎親子煮 ◎味噌田楽 筍の山椒炒め 春雨と貝割れの和え物 すまし汁 柿	<b>お祝い膳</b> 	<b>寿司三味</b> 	ご飯 ◎アジの南蛮漬け ◎鶏肉の生姜焼き 卵の花 白菜の塩昆布和え なめこ汁 白桃缶	◎豚丼 ◎ネギトロ丼 茄子の煮物 いんげんの胡麻和え すまし汁 みかん缶
	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	24 (日)
昼食	◎鶏南蛮そば ◎きしめん 南瓜のいとこ煮 キャベツとささみの梅和え ぶどうゼリー	ご飯 ◎デミソースハンバーグ ◎カレーライス 焼き栗コロッケ チーズサラダ オニオンスープ 柿	ご飯 ◎豆腐のキムチ味噌煮 ◎白身魚バター醤油焼き 海老焼売 海藻サラダ 中華コーンスープ 杏仁豆腐	ご飯 ◎豚の角煮 ◎アジの塩焼き 筑前煮 里芋の明太マヨ和え 味噌汁 フルーツミックス缶	ご飯 ◎牛肉と筍の炒め物 ◎カニあんかけ玉子焼き 大根の煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁 バナナ	ご飯 ◎ホキのフリッター ◎ロールキャベツ いんげんとベーコンのソテー ポテトサラダ オニオンスープ 黄桃缶	ご飯 ◎豚肉のしぐれ煮 ◎カレイの煮付け ビーフン炒め めかぶの和え物 味噌汁 りんご缶
	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)	
昼食	ご飯 ◎温しゃぶのボン酢かけ ◎さばのみりん漬け焼き 里芋といかの煮物 豆苗とカニの和え物 すまし汁 白桃缶	<b>バイキング</b> 	◎牛丼 ◎ネギトロ丼 筍の山椒炒め もやしのごま和え 味噌汁 フルーチェメロン	ご飯 ◎鶏天 ◎ぶりの照り焼き 角麩と椎茸の煮物 春菊の和え物 味噌汁 オレンジ	◎キーマカレー ◎ハヤシライス スナッフエンドウのソテー 水菜とささみの和え物 コンソメスープ りんご缶	ご飯 ◎とんてき ◎アジのおろしボン酢かけ 大豆の煮物 蓮根サラダ すまし汁 パイン缶	