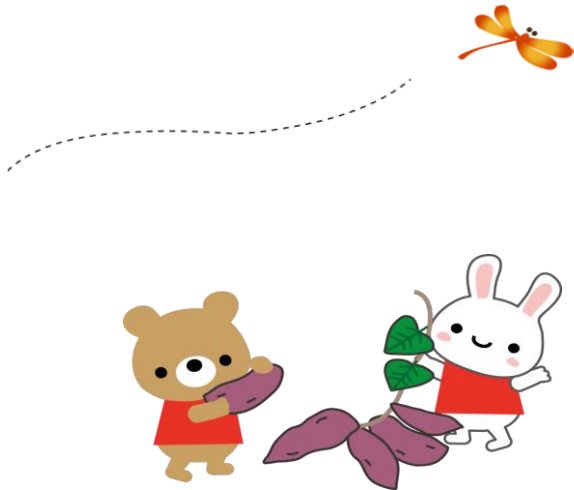




11月予定献立表



						11月1日 (土)	11月2日 (日)
昼食						御飯135g 信州蒸し 白和え 清汁 (おつゆ麩) 果物 (黄桃缶)	休み
間食						作) スイートポテト	
夕食						御飯135g 豚肉の卵とし 辛子味噌和え 清汁 (エビボール)	
	11月3日 (月)	11月4日 (火)	11月5日 (水)	11月6日 (木)	11月7日 (金)	11月8日 (土)	11月9日 (日)
昼食	御飯135g 鮭のムニエル パンプキンサラダ 白菜スープ 果物 (みかん)	麦ご飯135g 鶏のみそ漬け焼き 磯部和え 清汁 (えのき) 果物 (パイン缶)	御飯135g 魚のさらさ蒸し えんどうと人参の甘煮 きりこみ汁 果物 (バナナ)	御飯135g 豚肉のしそ焼き ピーマンのおかか和え かき玉汁 果物 (フルーティ缶)	御飯135g 鯖の味噌煮 さつま芋の小倉煮 清汁 (かまぼこ) フルーツヨーグルト・みかん	おにぎり (ゆかり) 味噌ラーメン うの花炒り らっきょう漬 果物 (洋梨缶)	休み
間食	リングドーナツ	黒糖饅頭	パウムクーヘン	吹雪饅頭	作) シルキーコッタ	巨峰カステラ	
夕食	御飯135g 肉じゃが もずく酢 赤だし (豆腐)	御飯135g 揚げ魚の梅しそあんかけ 人参金平 雷汁	カレーライス135g 卵サラダ しば漬け コンソメスープ	御飯135g 魚の竜田揚げ カニカマのなます 清汁 (豆腐)	御飯135g 八宝菜 茄子の華風和え 春雨スープ	御飯135g 魚のハーブパン粉焼き キャベツサラダ 豆乳スープ	
	11月10日 (月)	11月11日 (火)	11月12日 (水)	11月13日 (木)	11月14日 (金)	11月15日 (土)	11月16日 (日)
昼食	<誕生会メニュー> 赤飯・飯135g 魚の南部焼き ミニ茶碗蒸し きのこ汁 果物 (パイン缶)	<誕生会メニュー> 御飯135g チキン南蛮 大豆サラダ 野菜スープ 果物 (オレンジ)	味噌すき丼135g オクラとひじきのしそ和え らっきょう漬 清汁 (かにかまぼこ) 果物 (洋梨缶)	御飯135g 鮭のポテト焼き エビサラダ ワカメスープ フルーツヨーグルト・もも	御飯135g 鶏唐揚げのおろしかけ ピーナツ和え 清汁 (えのき) 果物 (フルーティ缶)	御飯135g 太刀魚のﾌﾞﾛｯｺﾘｰｽﾞ焼き しめじのおろし和え 清汁 (おつゆ麩) 果物 (みかん)	休み
間食	ケーキ 	ケーキ 	たいやき	作) 蒸しパン (ココア)	酒まんじゅう	作) 抹茶ババロア	
夕食	御飯135g オイスター炒め 凉拌三絲 かに玉スープ	御飯135g 鱈の柚庵焼き 生姜醤油和え 赤だし (厚揚げ)	御飯135g 蒸し魚のごまだれかけ さつま芋の甘辛煮 雷汁	麦ご飯135g 牛肉の柳川風 塩昆布和え 清汁 (エビボール)	御飯135g えび入り玉豆腐 ほうれん草中華風 中華スープ	御飯135g 鶏ミンチの五目蒸し 錦糸和え 清汁 (豆腐)	
	11月17日 (月)	11月18日 (火)	11月19日 (水)	11月20日 (木)	11月21日 (金)	11月22日 (土)	11月23日 (日)
昼食	御飯135g 鯖の生姜煮 ひよとなます 赤だし (豆腐) 果物 (洋梨缶)	おにぎり (ごま塩) あんかけそば 五目豆煮 しば漬け フルーツヨーグルト・みかん	麦ご飯135g やまと焼き ちくわとおくらの和え物 清汁 (えのき) 果物 (パイン缶)	御飯135g 煮込みハンバーグ風 大根サラダ 豆乳スープ 果物 (バナナ)	きのこ栗の炊き込みご飯 魚の味噌漬け焼き 菜果なます さくら大根 清汁 (紅葉麩) 果物 (オレンジ)	御飯135g 魚のﾌﾞﾛｯｺﾘｰｽﾞかけ スパゲティサラダ 白菜スープ 果物 (黄桃缶)	休み
間食	あんドーナツ	やわらかサブレ	作) 芋ぜんざい	ふわふわワッフル (カスタード)	和菓子 (秋の並木)	作) りんごケーキ	
夕食	御飯135g 包まないシューマイ もやしとニラの炒め物 中華スープ	御飯135g 魚のカレー揚げ 人参しりしり 清汁 (かにかまぼこ)	御飯135g 牛肉の炒め からし醤油和え かき玉汁	御飯135g 魚の磯辺揚げ 南瓜の小倉煮 きりこみ汁	御飯135g 肉豆腐 焼きなす 清汁 (うずらの卵)	チャーハン 蒸し鶏のごまだれ和え 九ちゃん漬け 水ギョーザ	
	11月24日 (月)	11月25日 (火)	11月26日 (水)	11月27日 (木)	11月28日 (金)	11月29日 (土)	11月30日 (日)
昼食	牛丼135g ブロッコリーのかにあんかけ しば漬け きりこみ汁 果物 (みかん)	御飯135g 蒸し魚のくずあんかけ 炒り豆腐 清汁 (おつゆ麩) 果物 (洋梨缶)	御飯135g 鶏の竜田揚げ ゆかり和え きのこ汁 フルーツヨーグルト・もも	御飯135g 鮭のきのこ味噌焼き さつまいものミルク煮 雷汁 果物 (フルーティ缶)	御飯135g スコップコロッケ コールスローサラダ 野菜スープ 果物 (バナナ)	御飯135g 鱈の揚げおろし煮 ﾏﾏ芋とﾘﾝｺﾞの甘煮 清汁 (うずらの卵) 果物 (オレンジ)	休み
間食	蒸まんじゅう (抹茶)	作) 杏仁豆腐	さつま芋饅頭	クリームコンフェ	もみじ饅頭 (こしあん)	作) 蒸しパン (黒糖レーズン)	
夕食	御飯135g 千草焼き 南瓜のつや煮 清汁 (豆腐)	御飯135g タンドリーチキン風 コロコロサラダ コンソメスープ	御飯135g エビと野菜の中華炒め なすのみぞれかけ 春雨スープ	御飯135g 鶏のうま煮 みぞれ和え 清汁 (えのき)	麦ご飯135g 鯖の塩焼き ひじきの炒り煮 赤だし (厚揚げ)	御飯135g 松風蒸し 白菜のお浸し 清汁 (かにかまぼこ)	