

11月 こんだて ひょう

	月	火	水	木	金	土
昼食	 ※仕入れ等の関係により献立内容が変わることがございます ※常食の献立内容を掲載させていただいています。					御飯 五目卵焼 じゃが芋金平 キャベツの青しそ和え 味噌汁 フルーツ・リンゴ 缶
おやつ						ショコラブチケーキ
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
昼食	御飯 タラのあんかけ 青梗菜と生揚げの炒め物 南瓜のサラダ 味噌汁 フルーツ・りんご 缶	御飯 豚肉とエリンギのソテー ごぼうの炒り煮 キャベツのからし和え すまし汁 フルーツ・フルーツカテル缶	御飯 卵と野菜の塩炒め 茄子とエリンギの炒め物 トマトとわかめのサラダ スープ ヨーグルト・フルーツソース	御飯 メルルーサのコンソメ醤油かけ ひじきの炒め煮 キャベツのピーナッツ和え 味噌汁 フルーツ・バナナ	ひじき御飯 豚肉のポン酢炒め 人参のたらこ煮 南瓜とサマ芋のサラダ 味噌汁 黒ごまプリン	御飯 マスのきのこ蒸し 大根の炒り煮 三色ナムル すまし汁 フルーツ・マンゴ 缶
おやつ	パンケーキ	レモンゼリー	まんじゅう	オレンジゼリー	抹茶パンケーキ	青りんごゼリー
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
昼食	御飯 和風あんかけハンバーグ ピーマン炒め トマトのポン酢かけ すまし汁 フルーツ・ミカン缶	大村寿司 長崎天ぷら 豚の角煮 キャベツの高菜和え すまし汁 三茶花ゼリー	御飯 バサのトマトソース もやしとピーマンのソテー カブとチーズのサラダ コンソメスープ フルーツ・リンゴ 缶	豚葱そば 切干大根の煮物 小松菜の和え物 フルーツ・フルーツカテル缶	御飯 豚肉のオスターソース炒め ひじき入りきんぴら プロキョリと玉葱のサラダ 中華スープ フルーツ・黄桃缶	御飯 めばるのバジルソース カリフラワーとウインナーのソテー キャベツとコーンのサラダ コンソメスープ フルーツ・りんご 缶
おやつ	チョコプリン	クリームパン	ピーチゼリー	バニラパロア	プチシュー	いちごパロア
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
昼食	御飯 タラの味噌あんかけ 小松菜の煮浸し かつおの酢の物 味噌汁 フルーツ・黄桃缶	御飯 揚げ豆腐 じゃが芋と竹輪の煮物 春菊と干しエビの青じそ和え すまし汁 フルーツ・リンゴ	御飯 メンチカツ いんげんとシラスの炒め物 カリフラワーのドレッシング和え コンソメスープ フルーツ・ミカン缶	御飯 めばるの生姜煮 じゃが芋のピーマンソテー モロヘイヤの磯和え 味噌汁 フルーツ・マンゴ 缶	ハヤシライス プロキョリのサラダ コンソメスープ メロンフルーツ	にぎり寿司 海老しんじょうの炊き合せ 青梗菜とわかめのお浸し あおさの味噌汁 水羊羹
おやつ	ワッフル	ストロベリーゼリー	チョコプリン	コーヒーロール	あんパン	黒ごまプリン
	24日	25日	26日	27日	28日	29日
昼食	御飯 鶏肉と根野菜の炒め 青梗菜とあさりのうす煮 大根のゆかり和え 味噌汁 フルーツ・フルーツカテル缶	御飯 バサのチリソース風 じゃが芋金平 ほうれん草のナムル 中華スープ フルーツ・黄桃缶	御飯 鶏肉のさらさ蒸し きのこのソテー インゲン豆の磯和え 味噌汁 フルーツ・りんご 缶	御飯 シルバーの煮付け 豚肉と青梗菜の炒め物 もやしと甘酢和え 味噌汁 フルーツ・ミカン缶	御飯 麻婆豆腐 大芋 わかめの中巻和え 中華スープ フルーツ・黄桃缶	御飯 鶏肉の照焼 白菜とサマ芋の煮浸し 春雨サラダ フルーツ・フルーツカテル缶 味噌汁
おやつ	杏仁豆腐	ピーナッツパン	メロンゼリー	まんじゅう	りんごフルーチェ	抹茶ゼリー
昼食						
おやつ						