



11月分献立表

	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
選択食			A: カレイの香味ソース B: 牛肉とブロッコリーのオイスターソース炒め	A: ホキの照り焼き B: 八宝菜	A: 鮭の塩焼き B: 豚肉の和風煮込み	A: 鱈の甘辛煮 B: 鶏肉のくわ焼き
通常献立			ご飯 白菜の煮物 中華風春雨 中華スープ	ご飯 がんもの煮物 オクラと鶏肉のおかか和え 味噌汁	ご飯 ピーマンの炒め物 胡瓜の酢の物 お吸い物	ご飯 チンゲン菜の炒め物 白菜の柚子和え 味噌汁
おやつ			よもぎソフト饅頭	ミニいちごマフィン	おかしなバナナ	チョコカステラ
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
選択食	A: 鱈の味噌マヨ焼き B: とんかつ	A: 鱈の蒲焼 B: 鶏肉の山椒煮	長寿ご飯の日	霜月膳	A: 白身魚のバター焼き B: 鶏肉の唐揚げ	A: 鱈のホイル焼き B: 揚げ肉団子の甘酢あん
通常献立	ご飯 南瓜のいところ煮 ほうれん草のわさび和え お吸い物	ご飯 焼き茄子 アスパラのお浸し 味噌汁	ご飯 ブリの幽庵焼き 飛騨のいところ煮・菊菜の錦糸和え お吸い物	十五穀ご飯 鮭の塩麹ホイル焼き 里芋の胡麻味噌煮・春菊のお浸し 蓮根のすり流し汁・デザート	ご飯 ジャーマンポテト ピクルス コンソメスープ	ご飯 チンゲン菜の炒め物 冷奴 中華スープ
おやつ	鯛焼きクリーム	黄味あん饅頭	キングドーナツ	黒糖棒	ココアロール	きんつば
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
選択食	A: 赤魚の塩焼き B: 豚肉の生姜炒め煮	A: カレイの煮付け B: 回鍋肉	A: 鱈の菜種焼き B: とんかつ	A: 鮭のクリームソースがけ B: 鶏肉の甘酢炒め	A: ブリの照り焼き B: 味噌ラーメン	長寿ご飯の日
通常献立	ご飯 ピーマンと竹輪の炒め物 長芋の短冊 味噌汁	ご飯 蓮根の金平 胡瓜の酢の物 味噌汁	ご飯 ひじきの煮物 豆腐サラダ お吸い物	ご飯 アスパラベーコン炒め ごぼうサラダ コンソメスープ	菜飯ご飯 (B半量) さつま芋の甘煮 しろ菜とちりめんの和え物 味噌汁 (A)・オレンジゼリー (B)	ご飯 白身魚の中華風あん <small>しらたきの明太子炒め・ブロッコリーの胡麻和え</small> 中華スープ
おやつ	うさぎ饅頭	厚切りカットバウム	黒胡麻饅頭	練りきり	酒饅頭	マドレーヌ
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
選択食	A: 穴子の玉子とじ B: 牛肉コロッケ	A: ホキのムニエル B: チキンカレー	A: 鱈の西京焼き B: 牛肉のブルコギ風	A: 鮭のちゃんちゃん焼き B: 豚大根	A: ホキの柚子香煮 B: 炒り鶏	串カツ定食
通常献立	ご飯 金時豆 胡瓜の梅肉和え 味噌汁	ご飯 (A) 和風サラダ ヨーグルト コンソメスープ・お漬物 (B)	ご飯 高野豆腐の含め煮 白菜の和え物 お吸い物	ご飯 竹輪の金平 しろ菜の錦糸和え 味噌汁	ご飯 ピーマンのじゃこ炒め ごぼうサラダ お吸い物	ご飯 串カツ盛合せ 蕪の甘酢柚子和え 味噌汁・デザート
おやつ	カスタードケーキ	栗饅頭	ミニショコラマフィン	焼き鳥屋台	レモンケーキ	どら焼き
	27日	28日	29日	30日		
選択食	A: かに玉風 B: ハヤシライス	長寿ご飯の日	A: 鱈の蒲焼 B: 豚肉のしゃぶしゃぶ風	A: 鱈のカレー風味焼き B: ポークチャップ		
通常献立	ご飯 (A) 春巻き チンゲン菜のナムル 中華スープ・りんごゼリー (B)	ご飯 海鮮あんかけ焼きそば ささみと胡瓜の中華和え 柿・コンソメスープ	ご飯 厚揚げの甘辛煮 茄子の生姜和え お吸い物	ご飯 カリフラワーのスープ煮 ほうれん草のピーナツ和え フルーツ缶		
おやつ	田舎饅頭	牛乳ケーキ	プリン	ワッフルスティック		