

11月分献立表

	月	火	水	木	金	土
選択食						
通常献立						
おやつ						
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
選択食	A: ホキの照り焼き B: 牛丼	A: カレイのきのこあんかけ B: 豚肉の和風煮込み	A: 鯉の南蛮漬 B: 鶏じやが	A: 太刀魚の和風ムニエル B: ミートローフ	A: 鯉の味噌マヨ焼き B: 親子丼	長寿ご飯の日
通常献立	ご飯 がんものの煮物 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 白菜のゆず和え 味噌汁	ご飯 キャベツのカレー炒め ブロッコリーのピーナッツ和え コンソメスープ	ご飯 (A) 南瓜のいとこ煮 ほうれん草のわさび和え お吸い物・漬物 (B)	ご飯 おろしあんかけハンバーグ キャベツのおかか和え お吸い物・桃ゼリー
おやつ	やわらかおかき (のり塩)	鯛焼きクリーム	キングドーナツ	 黒糖棒	おいものホットケーキ	蒸しきんつば
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
選択食	A: ぶり大根 B: 鶏肉の塩麹焼き	霜月膳	A: 鮭の焼き浸し B: 揚げ肉団子の甘酢あん	A: 鯖の塩焼き B: 鶏肉のタルタル焼き	A: 赤魚の照り焼き B: 豚肉の生姜炒め煮	A: カレイの煮付け B: 牛肉となすの炒め物
通常献立	ご飯 里芋の煮物 白菜の和え物 お吸い物	栗ご飯 鮭のホイルちゃんちゃん焼き 菊菜の煮浸し・ごぼうの胡麻酢和え きのこの玉子とじ汁・デザート	ご飯 チンゲン菜の炒め物 冷奴 中華スープ	ご飯 南瓜の煮物 胡瓜のもずく酢 お吸い物	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
おやつ	南瓜饅頭 	厚切りカットバウム	 黒胡麻饅頭	長崎カステラ	酒饅頭 	ぽんせん (醤油)
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
選択食	A: 鮭のクリームソースがけ B: 照り焼きハンバーグ	長寿ご飯の日	A: 魚の野菜あんかけ B: 豚肉の塩だれ炒め	A: ほっけの塩焼き B: 牛肉のすき煮	A: かき揚げ B: 牛肉の野菜炒め	ネギトロとろろ丼定食 
通常献立	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	ひじきご飯 (半量) 沖縄ソーキそば風 人参しりしり パインヨーグルト	ご飯 白菜のカニかま煮 ブロッコリーの胡麻和え 中華スープ	ご飯 ピーマンの竹輪炒め キャベツのレモン和え 味噌汁	ご飯 金時豆 胡瓜の梅肉和え お吸い物	ネギトロとろろ丼 揚げ出し豆腐 蕪の甘酢柚子和え 赤だし豚汁・デザート
おやつ	カスタードケーキ	薄皮利休 	ミニショコラマフィン	やわらかおかき (砂糖醤油)	レモンケーキ	どら焼き
	24日	25日	26日	27日	28日	29日
選択食	A: 鯈の蒲焼き B: 豚大根	A: ホキのゆず香煮 B: 牛丼	A: 赤魚の煮付け B: 鶏肉のソテー	A: ぶりの照り焼き B: 豚肉の吉野煮	長寿ご飯の日	A: ほっけの塩焼き B: 肉うどん
通常献立	ご飯 竹輪の金平 しろ菜の錦糸和え 味噌汁	ご飯 (A) ピーマンのじゃこ炒め ごぼうサラダ お吸い物・漬物 (B)	ご飯 里芋の煮物 オクラのおかか和え 味噌汁	ご飯 南瓜のいとこ煮 和風サラダ お吸い物	ご飯 チキンのきのこクリームソースがけ ブロッコリーサラダ ほっこりコンソメスープ	ご飯 (B半量) せんまいの煮付け キャベツの醤油マヨ和え 味噌汁 (A)・漬物 (B)
おやつ	 田舎饅頭	牛乳ケーキ	プリン	フルーツ	紫芋饅頭 	ミニいちごマフィン