

11月週間予定献立表

	3日（月）	4日（火）	5日（水）	6日（木）	7日（金）	8日（土）	9日（日）
朝	ご飯 味噌汁 カレイの煮つけ みかん入りなます 山形だし 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 わかめとカニカマの中華和え なめ茸おろし 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 プレーンオムレツ 白菜コールスロー ブロッコリーと玉ねぎソテー 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 鶏肉と切昆布の旨煮 茄子の山椒煮 納豆 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 豚肉と焼き豆腐の煮物 笹かまぼこ うぐいす豆 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 お魚ザンギの野菜餡かけ わらびのお浸し もやし梅和え 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 ツナ入りオムレツ ポテトサラダ いんげんとうもろこしのソテー 牛乳（150cc）
昼	ご飯 なめこの味噌汁 治部煮 白和え 果物盛り合わせ（オレンジ、バナナ）	ご飯 豆腐と青梗菜の中華スープ 麻婆茄子 春雨サラダ ミルクゼリー	ご飯 はんぺんのすまし汁 鶏大根煮 たらじゃが炒め 果物盛り合わせ（オレンジ、キウイ）	ご飯 さつまいもの味噌汁 鯖の梅焼き 変わり金平 果物（オレンジ）	天津飯 ワンタンスープ 棒棒鶏サラダ 杏仁豆腐	きのこあんかけうどん さつまいもと切昆布の煮物 白菜の甘酢漬け オレンジのゼリー寄せ	ご飯 すまし汁 白身魚の南蛮漬け かぼちゃのそぼろ煮 果物盛り合わせ（オレンジ、バナナ）
夕	ご飯 味噌汁 さわらの西京焼き ひじき蓮根 漬物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 青のりの酢の物 漬物	ご飯 味噌汁 鮭の味噌マヨネーズ焼き かぶとしめじの柚香和え 漬物	ご飯 きのことベーコンのコンソメスープ 豚肉のトマト煮 かぼちゃサラダ 漬物	ご飯 すまし汁 鰯大根 二色お浸し 煮豆	ご飯 わかめスープ 野菜炒め 春雨サラダ 漬物	ご飯 コンソメスープ ハンバーグトマトソース 卵サラダ 漬物

11月週間予定献立表

	10日（月）	11日（月）	12日（月）	13日（月）	14日（月）	15日（月）	16日（月）
朝	ご飯 味噌汁 鶏の西京焼き チョレギサラダ 長芋のめかぶ和え 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 メヌケの土佐煮 からし菜お浸し たたきごぼう 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 彩りスクランブルエッグ 大根とルッコラのサラダ 三色ピクルス 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 豚バラ大根 竹輪とピーマンの金平 納豆 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 さつま揚げの京風煮 おみ漬け白和え だし入りとろろ 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 お魚ソーセージとキャベツ炒め ふきと油揚げの煮物 きざみ野沢菜大根 牛乳（150cc）	ご飯 味噌汁 ミートインオムレツ 白菜のコールスロー キャロットラペ 牛乳（150cc）
昼	カレーライス コンソメスープ にんじんソースのサラダ フルーツヨーグルト和え	ご飯 舞茸のすまし汁 鶏肉のおろしポン酢 冬瓜と茄子の海老あんかけ 果物盛り合わせ（オレンジ、キウイ）	ご飯 かぶのスープ カジキ鮭のステーキ風 ポテトサラダ 果物（オレンジ）	ご飯 卵の中華スープ 酢豚 もやしとニラのサラダ 杏仁豆腐	ご飯 さつま汁 チキン南蛮 かぶのカニあんかけ リンゴゼリー	あんかけ焼きそば わかめスープ 海老シュウマイ フルーチェ	ご飯 すまし汁 鶏と蓮根の旨煮 切干大根とほうれん草の胡麻和え 果物（オレンジ）
夕	ご飯 味噌汁 鰹のおろし煮 青菜の胡麻和え 漬物	ご飯 味噌汁 ほっけ焼き 金平ごぼう 煮豆	ご飯 味噌汁 けんちん煮 おくらのお浸し 漬物	ご飯 味噌汁 車麩の玉子とじ 胡瓜の酢の物 煮豆	ご飯 味噌汁 赤魚の南部焼 ひじきの白和え 漬物	ご飯 きのこと汁 豚肉の味噌漬け焼き さつまいもと切昆布の煮物 漬物	ご飯 味噌汁 魚のカレー野菜あんかけ ブロッコリーの卵サラダ 漬物