

# 月間献立表

		ソウ(A)						
日付	11月01日(月)	11月02日(火)	11月03日(水)	11月04日(木)	11月05日(金)	11月06日(土)	11月07日(日)	
朝	御飯 ウイナーソー ドボナラダ みそ汁(豆腐・きぬぎや)	バターロール ミートローフ 付小松菜 ブルーベリージャム フルーツ缶(りんご)	御飯 スクランブルエッグ カリフラワー みそ汁(しろな・うずまき)	食パン 豆乳チャッパ アプリコットジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 がんとめめ煮 白菜のゆかり和え みそ汁(菜葉・おつゆ)	御飯 お魚豆腐揚げの煮物 春菊のおかか和え みそ汁(卵・えのき)	御飯 焼き豆腐の煮物 ほうれん草とかまの油浸し みそ汁(玉葱・しめじ)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 焼肉丼 付スナックエンドウ ひじきの炒め煮 白菜のポン酢和え みそ汁(卵・葱)	御飯 たらのムニエル タルタルソース 付(煮魚・人参・コーン) ハムともやしのおテー フルーツ缶(マンゴー) カリフラワー(ほうれん草・椎茸)	御飯 鶏肉の生姜焼き 付(にんにくの芽 なすの詰め煮 キャベツの酢味噌和え お吸物(菜類・貝割れ)	御飯 めめけの煮付け 付(豚足) ごぼうの甘辛煮 とろろなめこの和え物 みそ汁(かぼちゃ・大根菜)	【お誕生日献立】 赤飯 刺身盛り合わせ 茶碗蒸し フルーツポンチ お吸い物(花魁・葱)	御飯 バサのカレー風味焼き 付(カリフラワー 一切大根の炒め煮 なすのコンソメ油和え みそ汁(醤油・茗荷)	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め 海鮮焼売 春雨サラダ 中華スープ(たまご・にら)	
おやつ	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(ヤクルト)	【2Fイベント】 おやつ(ココアワッフル)	おやつ(どら焼き)	おやつ(りんごジュース)	【お誕生日献立】 おやつ(チョコロールケーキ)	手作りおやつ(コーヒゼリー)	
夕	御飯 赤魚のおろし煮 付(貝割れ) れんごんの甘辛炒め煮 青梗菜の和風和え 梅干し	御飯 豚肉のみそ漬焼き 付(玉葱 かぶのくず煮 いんげんのごま和え 香の物(赤しそ・美濃漬)	御飯 さわらの香味焼き 付(さつま芋 大豆と昆布の炒り煮 白菜のすりおろし玉葱和え えびみそ)	御飯 中華風卵焼き 付(豆苗あん) 焼きビーフン 青梗菜のナムル 湯漬け(大根)	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 付(ブロッコリー かぼちゃの洋風煮 マカロニサラダ うずまき)	御飯 親子煮 もやしと専数の炒め物 小松菜のツナ和え しそ布留煮	御飯 かれの揚げ煮 付(いんげん・花人参 かぼちゃのそぼろあんかけ しろなのわさび和え 香の物(桜大根)	
日付	11月08日(月)	11月09日(火)	11月10日(水)	11月11日(木)	11月12日(金)	11月13日(土)	11月14日(日)	
朝	御飯 オムレツ 付(ワッコー) カリフラワーのなめたけ和え みそ汁(豆腐・貝割れ)	食パン お魚ハンバーグ 付(いんげん) ドボナラダ みかんジャム フルーツ缶(白桃)	御飯 じゃが芋とけの炒め物 卵豆腐 みそ汁(細菜・わか)	コンド食パン かに風味卵焼き 付(小松菜 大根サラダ はちみつジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 ふんわり寄せの煮物 キャベツとしらすの和え物 みそ汁(まい菜・しめじ)	御飯 和風おみ焼き 和風あん なすのおろし醤油和え みそ汁(玉葱・椎茸)	御飯 だし巻卵 付(大根おろし 青梗菜の焼和え みそ汁(やし・油揚げ)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 さばの煮焼き 付(大根おろし れんごんの炒り煮 もやしと梅和え みそ汁(白菜・油揚げ)	御飯 たらのしそ塩焼 付(きくらげ なすの味噌炒め ほうれん草の梅和え お吸い物(てまり・みつば)	御飯 鶏肉の七味焼き 付(甘酢生薑 ぜんまい煮 小松菜のきのこ和え みそ汁(玉葱・かぶの葉)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)
おやつ	おやつ(カスタードケーキ)	おやつ(ヤクルト)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)	【3Fイベント】 おやつ(ワッフル)	
夕	御飯 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース 付(アスパラ 青梗菜の煮浸し めかぶ ゆずみそ)	御飯 まぐろハンバーグ 付(スナックエンドウ えびとカリフラワーのソテー ミモザサラダ いちごムース)	御飯 まぐろカツ ソース 付(キャベツ かぶの土佐煮 ブロッコリーのマヨサラダ 香の物(青しそ・美濃漬)	御飯 まぐろの山椒煮 付(昆布) ごぼうの甘辛煮 いんげんのごま和え 香の物(胡瓜漬)	御飯 かじきの西京焼き 付(ブロッコリー 青梗菜のソテー ポトサラダ 香の物(さくら大根)	御飯 かじきの西京焼き 付(ブロッコリー 青梗菜のソテー ポトサラダ 香の物(さくら大根)	御飯 かじきの西京焼き 付(ブロッコリー 青梗菜のソテー ポトサラダ 香の物(さくら大根)	
日付	11月15日(月)	11月16日(火)	11月17日(水)	11月18日(木)	11月19日(金)	11月20日(土)	11月21日(日)	
朝	御飯 厚揚げの詰め煮 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(南瓜・ねぎ)	黒糖ロール ミートローフ 付(アスパラ ドボナラダ いちごジャム フルーツ缶(ゆず)	御飯 さつま揚げの甘辛煮 小松菜のおかか和え みそ汁(里芋・ねぎ)	食パン ウイナーと野菜ソテー いんげんのごまドレッシング和え マイルジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 肉詰めいなりの煮物 ブロッコリーとアスパラのソテー みそ汁(玉葱・しめじ)	御飯 肉詰めいなりの煮物 ブロッコリーとアスパラのソテー みそ汁(玉葱・しめじ)	御飯 お魚豆腐揚げの煮物 ほうれん草のごま和え みそ汁(やし・わか)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 あじの竜田揚げ 付(スナックエンドウ カリフラワー炒め コールスローサラダ みそ汁(卵・葱)	【霜月御膳】 あじの竜田揚げ なすの柚子味噌揚げ さつま芋と春菊の白和え きのこ汁	御飯 さつま揚げの甘辛煮 れんごんきんぴら煮 かぶの塩昆布和え お吸物(菜類・大根菜)	御飯 松風焼き 付(れんごん) 里芋の煮物 もやしのサラダ お吸い物(はんぺん・貝割れ)	【外注食】 御飯 めめけの和風ムニエル 青梗菜のかにのソテー 付(アスパラ 大根とさつま揚げの炒り煮 小松菜とえのきの和風和え みそ汁(白菜・油揚げ)	御飯 チキンチャップ 青梗菜のかにのソテー コンソメスープ(細菜・コーン)	御飯 さわらのバター醤油焼き 付(ピーマン かぶと油揚げの詰め煮 菜の花のゆば和え みそ汁(やし・大根菜)	
おやつ	おやつ(芋ようかん)	おやつ(ヤクルト)	【4Fイベント】 おやつ(シュークリーム・抹茶スター)	おやつ(抹茶どら焼き)	おやつ(抹茶どら焼き)	おやつ(抹茶どら焼き)	手作りおやつ(イチゼリー)	
夕	御飯 豚肉と野菜の中華炒め 小松菜の煮浸し 白菜のザーサイ和え フルーツ缶(黄桃)	御飯 肉豆腐 温泉卵 菜ののからし和え 香の物(つぼ漬け)	御飯 豚肉のカレー風味焼き 付(ブロッコリー マカロニのケチャップソテー グリーンサラダ 香の物(しぼ漬け)	御飯 白身魚のフライ ソース 付(キャベツ えびとほうれん草の炒め物 かつおおかか フルーツ(キウイ)	御飯 豚肉ののんにく醤油炒め ソース 付(スナックエンドウ かぼちゃの甘煮 きゅうりの酢の物 金山寺みそ)	御飯 めめけのおろし煮 付(貝割れ) なすのみそ炒め 和風ハンバーグソテー うめびしお	御飯 とんかつ ソース 付(キャベツ アザリとカリフラワーのコンソメ アスパラサラダ 白菜漬)	
日付	11月22日(月)	11月23日(火)	11月24日(水)	11月25日(木)	11月26日(金)	11月27日(土)	11月28日(日)	
朝	御飯 がんとめめ煮 チンゲン菜のお浸し みそ汁(玉葱・うずまき)	ミルクロール スクランブルエッグ カリフラワー ブルーベリージャム フルーツ缶(みかん)	御飯 柿 しろなとさつま揚げの煮浸し みそ汁(じゃが芋・みつば)	食パン 大根のコンソメ煮 青梗菜のソテー アプリコットジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 野菜つみれの煮物 春菊としらすの和え物 みそ汁(やし・ねぎ)	御飯 野菜つみれの煮物 春菊としらすの和え物 みそ汁(やし・ねぎ)	御飯 お魚豆腐揚げの煮物 ほうれん草とかまの和え物 みそ汁(おつゆ・わか)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 鶏肉の柚子醤油ソース 柚子醤油ソース 付(なす ごぼうの炒り煮 空豆の白和え かきたま汁(貝割れ)	【リクエスト献立】 赤飯(ゆめしめじ) ほろけの漬焼き 付(ブロッコリー) 厚揚げの炒り煮 ほうれん草のピーナツ和え みそ汁(さつま芋・葱)	【園芸食 香川県】 しつぽくどう 空豆のしょうゆ煮 わけぎあえ みかんゼリー	【選取食】御飯 Aはきのトマトソースかけ Bチズ・ゆめが・ゲテニスかけ 付(いんげん コールスローサラダ フルーツ缶(カウチル) コンソメスープ(玉葱・コーン)	御飯 野菜つみれの煮物 春菊としらすの和え物 みそ汁(まし・ねぎ)	御飯 焼きビーフン マンゴー杏仁 中華スープ(豆腐・大根菜)	御飯 豚肉のしぐれ煮 あさりと青梗菜の炒め物 焼き鮎のおろし和え みそ汁(かぶ・かぶ菜)	
おやつ	【3Fイベント】 おやつ(ドーナツ・ケーキあん)	おやつ(ヤクルト)	【3Fイベント】 おやつ(バナナクレープ)	おやつ(ドーナツ・ケーキあん)	おやつ(赤ぶどうジュース)	おやつ(味噌饅頭)	手作りおやつ(チョコバナナ)	
夕	御飯 まぐろの生姜焼き 付(いんげん 豚バラ大根 小松菜のさっぱり和え あみえび佃煮)	御飯 回鍋肉 豆腐焼売(南瓜) 春雨サラダ 香の物(沢庵)	御飯 干巻焼き 和風あん 冬冬の土佐煮 白菜のからし和え 漬漬け(せやうり)	御飯 かれの漬焼き 付(スナックエンドウ なすとピーマンの味噌炒め さつま芋サラダ 香の物(さくら大根)	御飯 かれの煮付け 付(オクラ しぐれ炒め ほうれん草のレモン和え たいみそ)	御飯 豆腐ハンバーグ 野菜あん かぼちゃの煮物 キャベツのゆかり和え のり佃煮	御飯 揚げ鶏のタルタルソース タルタルソース 付(いんげん もやし)のソテー 野菜サラダ 昆布豆	
日付	11月29日(月)	11月30日(火)						
朝	御飯 里芋とちくわの詰め煮 白菜のお浸し みそ汁(豆腐・みつば)	食パン ウイナーといんげんの炒め物 さつま芋サラダ いちごジャム フルーツ缶(りんご)						
10時	牛乳	牛乳						
昼	御飯 豚肉のオイスター炒め ブロッコリーのかにあんかけ キャベツのナムル 中華スープ(春雨・貝割れ)	チキンカレー フレンチサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) みかんヨーグルト						
おやつ	おやつ(そば饅頭)	おやつ(ヤクルト)						
夕	御飯 ぶり大根 付(春菊 れんごんきんぴら煮 もずく酢 あみえび佃煮)	御飯 たらのレモン醤油蒸し なすの揚げ浸し 三色和え 金時豆						