

月間献立表

1 / 1

日付			11月01日(水)	11月02日(木)	11月03日(金)	11月04日(土)	11月05日(日)
朝			御飯 ウインナー焼 わかとしすのお湯し みそ汁(豆腐・きぬさや)	黒穂ロール ミートローフ 付けやべーク 小松菜のサラダ ブルーベリージャム フルーツ缶(黄桃)	御飯 炒り豆腐 ほうれん草の和え物 みそ汁(さつま芋・貞割)	御飯 スクランブルエッグ かき玉(サラダ) みそ汁(牛揚げ・りんご)	御飯 がんもの含め煮 白湯のゆかり和え みそ汁(葉菜・長葱)
10時			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼			【移転日】 御飯 豚肉のみそ炒め じきの煮物 白菜のゆず和え たまごスープ(葱)	御飯 たらのミニエル タルタルソース 付け蕪人参 ハムもやしのソテー ^フ フルーツ缶(マango) コシノイズ(ほうれん草・椎茸)	御飯 お誕生日献立 赤飯 刺身巻合せ 付け蕪人参 ハムもやしのソテー ^フ フルーツ缶(マango) コシノイズ(ほうれん草・椎茸)	御飯 ほほの焼き漫し 付け長葱 茶碗蒸し あんみつ お吸い物(手まり・鰯)	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 付けブリーフー かぶの洋風煮 スパゲティ・サラダ コーンスープ
おやつ			おやつ(小豆ムース)	おやつ(花のパン・ときなこ)	おやつ(コアラフル)	お誕生日おやつ スペシャルショート(ハスクチーズケーキ)	おやつ(いちご蒸しパン)
夕			御飯 赤魚の給油漬け 付けおろし れいこんこんぶら煮 青梗菜の煮じし和え りんごゼリー	御飯 黒穂の生薑焼き かぶのくず煮 いんげんの白ごまあわえ のり佃煮	御飯 鶏肉の生薑焼き 付けナップエンドウ なすの煮合え キヤッパンの酢味噌和え うめしお	御飯 トンテキ風 供用ブリーフー ^ン 青梗菜のナムル 番の物(しば漬け)	御飯 ますのチャンチャン焼き じやが芋の含め煮 二色和え うずら豆
日付	11月06日(月)	11月07日(火)	11月08日(水)	11月09日(木)	11月10日(金)	11月11日(土)	11月12日(日)
朝	御飯 さつま揚げと里芋の炒め煮 春菊のおかか和え みそ汁(冬瓜・きぬさや)	食パン はんぺんチーズのせ焼き 付け青葉 大根うどん いもごジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 オムレツ (付)ロコモコ わらのなめし和え みそ汁(かぶ・貞割)	黒穂ロール フライドチキン 付けんげん さつま芋チーズ あんずジャム フルーツ缶(白桃)	御飯 じゅわ芋とけの炒め物 卵豆腐 みそ汁(ねぎ・りんご)	御飯 納豆 大根の甘辛煮 みそ汁(めし・水菜)	御飯 ふんわり寄せの煮物 キヤッパラの和え物 みそ汁(白菜・めし)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	【十五穀米ごはん さばのカレー風味焼き 豚肉と野菜のオイスター炒め 豆芽ととうまい 切干大根の炒め煮 カラフルワードの甘酢漬け みそ汁(青葉・若布)	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め 豆芽ととうまい 春雨サラダ 中華かき玉子 みそ汁(白菜・油揚げ)	御飯 さいの焼焼き 付け大根おろし れいこんののりの煮 めしの和え物 みそ汁(かぶ・のり)	御飯 肉団子のテリーヌスース味込み 付スナップエンドウ えびとカリフラーのソテー ^フ ミモザサラダ コシノイズ(ほうれん草・かぶの葉)	御飯 バサの七味焼き 付け甘酢生糸 えびとカリフラーのソテー ^フ ミモザサラダ コシノイズ(ほうれん草・かぶの葉)	御飯 豚肉のボン酢炒め 里芋の煮っころいし いんげんの白ごまあわえ みそ汁(白菜・冬瓜)	御飯 さわらの油揚焼き 付けるしな 冬瓜のくず煮 なすと若鶴の背しそ和え みそ汁(うずまき鮭・昆布れ)
おやつ	おやつ(ブリノ)	おやつ(和のパン・抹茶味)	おやつ(もみじ練り切り)	おやつ(おやつ(花のパン・ときなこ))	おやつ(モカロールケーキ)	おやつ(ガストードケーキ)	おやつ(抹茶練乳)
夕	御飯 親子丼 小松菜とツナの炒め物 番の物(赤しその実漬け) フルーツ缶(洋梨)	御飯 金目鯛の煮付け 付けんげん・花人参 かぼちゃの炒め物 しらのなめし和え たいみそ	御飯 黒穂の五葱ソース 付け玉子ソース 付アボカド 青梗菜の煮漬し めかぶ	御飯 たらのしそ焼焼き 付け玉子ソース 付キヤベツ なすのみそ炒め 赤福豆 フルーツ缶(みかん)	御飯 チキンカツ 赤魚の山椒煮 付長葱 ごぼうの炒め煮 かぶの土佐煮 プロトコリーのマヨサラダ 番の物(青じしの実漬け)	御飯 金目鯛の山椒煮 付長葱 ごぼうの炒め煮 かぶの土佐煮 プロトコリーのマヨサラダ 浅漬け(きゅうり)	御飯 ふくさ焼き 付ロコモコ 青梗菜のソテー ^フ マカロニサラダ フルーツ缶(カクテル)
日付	11月13日(月)	11月14日(火)	11月15日(水)	11月16日(木)	11月17日(金)	11月18日(土)	11月19日(日)
朝	御飯 とりつくね 付アボカド なすのおしるき油和え みそ汁(ひなな・玉葱)	御飯 バターロール スクラップエンドウ 青葉のレモン味和え りんごジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 厚揚げの含め煮 はうれん草とばたての和え物 みそ汁(じゃが芋・ねぎ)	食パン フライドチキンとアスパラのリテー ^フ チキンのサラダ みそ汁(じゃが芋・ねぎ)	御飯 さつま揚げの甘辛煮 小松菜のおかか和え みそ汁(玉葱・りんご)	御飯 炒り豆腐 小松菜の甘辛煮 みそ汁(ねぎ・玉葱)	御飯 炒り豆腐 和庭チキンオムレツ プロトコリーのマヨサラダ みそ汁(玉葱・うまい葉)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	海鮮タンメン 餃子 ほうれん草のナムル いちごゼリー	御飯 豚肉の葱塩炒め 竹輪とごぼうの旨煮 ごま豆腐 みそ汁(めじ・若布)	御飯 鍋土食 烏取県 どんどん豆板 ときさばの煮付け 付玉葱 みそ汁(玉葱・めじ)	御飯 肉豆腐 温泉卵 しきのからし和え みそ汁(各豆・椎茸)	御飯 (お好み食) かつ丼 れいこんさんびら煮 みそ汁(なす・大根葉)	御飯 松風焼き 付甘酢しょうが フルーツ缶(カクテル) みそ汁(なす・大根葉)	御飯 かれいの和風ムニエル 付アスパラ 大根とさつま揚げの煮物 小松菜とえのきの和え物 みそ汁(白菜・油揚げ)
おやつ	おやつ(水種類こあん)	おやつ(カステラ)	おやつ(手ようかん)	おやつ(マドレーブ)	おやつ(お米のムース)	おやつ(ドームケーキスタート)	おやつ(人形焼き)
夕	御飯 たのみ焼き 付スナップエンドウ さすのおりし器油和え みそ汁(ひなな・玉葱)	御飯 豚肉のトマヨーク焼き 付玉ねぎ さすのそぼろあんかけ いんげんのくるみ和え うぐいす豆	御飯 豚肉のもとやの炒め物 小松菜の煮漬し ゴーラスローラフダ 番の物(千沢庵)	御飯 グリルチキン 付プロコリー ひじきの東物 白菜のお漬し フルーツ缶(パン)	御飯 おもにんのりの炒め物 付キヤベツ グリーンサラダ 番の物(ぱけ)	御飯 おもにんのりの炒め物 付キヤベツ えびとほうれん草の炒め物 もやしのサラダ パンナムース	御飯 ふくさ焼き 付ロコモコ 青梗菜のソテー ^フ マカロニサラダ えびとほうれん草の炒め物 番の物(きゅうり)
日付	11月20日(月)	11月21日(火)	11月22日(水)	11月23日(木)	11月24日(金)	11月25日(土)	11月26日(日)
朝	御飯 肉詰めないなりの煮物 オクラの生姜醤油和え みそ汁(すま芋・貞割)	御飯 ミルクロール ウインナー ほうれん草のリラード マヨレードジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 がんもの含め煮 チケットの油漬し みそ汁(玉葱・うまい葉)	食パン スラッシュパン 大根サラダ ブルーベリージャム フルーツ缶(白桃)	御飯 納豆 しきのとさつま揚げの煮漬し みそ汁(玉葱・貞割)	御飯 大根のそぼろ煮 青葉の和え物 みそ汁(しめじ・長葱)	御飯 野菜つみれの煮物 春菊とらすの和え物 みそ汁(もやし・ねぎ)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	【御飯 チキンチャップ スパゲティ・サラダ フルーツ缶(黄桃) コンソメスープ(白菜・コーン)	御飯 裏ご飯 ぶりのバター醤油焼き 付ペペロン かぶと油揚げの含め煮 プロトコリーの白ごまあわえ みそ汁(じやが芋・大根葉)	御飯 裏ご飯 豚肉の柚子醤油ソース 付ペペロン かぶのゆすり ごぼうの炒め物 みかんフルーチェ たまごスープ(玉葱)	御飯 (和食の日) ぎんなん(御飯 具) さけの刺身煮 付アボカド・花人参 胡瓜とさつま芋の酢の物 抹茶ゼリー ごま味噌汁(豆腐・葱)	御飯 肉うどん マルセラのトマトソースかけ トマトリース たらの天ぷら もやしのゆずしょうゆ和え ぶどうゼリー	御飯 マルセラのトマトソースかけ トマトリース たらの天ぷら もやしのゆずしょうゆ和え ぶどうゼリー	御飯 中華飯 醤油の味噌 フルーツヨーグルト 中華スープ(冬瓜・大根の葉)
おやつ	おやつ(チョコクリーフ)	おやつ(消音頭)	おやつ(クリームワッフル)	おやつ(上用饅頭 赤)	おやつ(ショートクリーム)	おやつ(すんだら焼き)	おやつ(ロールケーキいちご)
夕	御飯 めぬけのおりし器 付スナップエンドウ さすのおりし器油和え みそ汁(ひなな・玉葱)	御飯 とんかつ 付キヤベツ あさりとカラフのコンブ煮 あみみび佃煮 フルーツ缶(キウイ)	御飯 豚の生の生煮 付け玉ねぎ あさりとカラフのコンブ煮 あみみび佃煮 みそ汁(いろな・椎茸)	御飯 回鍋肉 しうまい 春雨サラダ かつおおかか うずら豆	御飯 千草焼き 和風の味噌 春雨の土作業 かつおおかか 浅漬け(きゅうり)	御飯 鶏肉の味噌 付スナップエンドウ なすの含め煮 さつま芋サラダ フルーツ缶(りんご)	御飯 かれいの煮付け 付オクラ レバー炒め ほうれん草のさっぱり和え 番の物(赤しその実漬け)
日付	11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)			
朝	御飯 オムツ 付ロコモコ ごぼうサラダ	食パン ビーフとベーコンのソース ほうれん草のソラダ いちごジャム みそ汁(うまい葉・えのき)	御飯 里芋とちわの含め煮 白菜のお湯し みそ汁(じやが芋・かぶ葉)	パンフレンロール ホリ 小松菜のサラダ あんずジャム フルーツ缶(りんご)			
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			
昼	【御飯 牛肉のしぐれ煮 あさりと青梗菜の炒め物 きのこのみぞれ和え みそ汁(かぶ・葉)	御飯 Aほかつけの照り焼き Bかに玉 豚肉と長芋の煮物 凌漬け(きゅうり) みそ汁(いろな・椎茸)	御飯 チキンカレー フレンチサラダ 番の物(椎茸煮・らっつきよう) コンソメスープ(セリ・マッシュ)	御飯 豚肉の中華炒め プロトコリーのかにあんかけ トトロのナムル 中華スープ(春雨・貞割れ)			
おやつ	おやつ(味噌饅頭)	おやつ(バナナクリーフ)	おやつ(スイートポテト)	おやつ(黒穂蒸しパン)			
夕	御飯 豆腐ハンバーグ 野菜あん	御飯 チキン南蛮 タルタルソース)	御飯 ぶり大根 付け春菊 れんこんきんぴら煮 もやしのソテー ^フ 野菜サラダ 昆布豆	御飯 たつの西京焼き 付甘酢生糸 なすの揚げ漫し 三色和え ういす豆			