

予定献立一覧表

常食

2024年11月1日(金) ~ 2024年11月30日(土)

	1(金)	2(土)	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)
朝	卵雑炊 鰯バーグ 三色豆 牛乳200ml	パン 具入りオムレツ 花野菜サラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 青菜のソテー 納豆 味噌汁(麩・油) 牛乳200ml	御飯 玉子焼き ほうれん草おかか和え 味噌汁(たまねぎ) 牛乳200ml	パン 洋風煮 茹で野菜サラダ 牛乳200ml	御飯 鰯のみりん醤油焼き* 培根ごまコボウサラダ 味噌汁(油揚げ) 牛乳200ml	パン ハムと野菜のソテー* マカロニサラダ トマトスープ* 牛乳200ml	御飯 厚焼き玉子 *ひじき煮 味噌汁(小松菜) 牛乳200ml	パン スクランブルエッグ 枝豆サラダ パン・ブキンスープ 牛乳200ml	御飯 えび団子の煮物 インゲンの磯揚げ和え 味噌汁(ゆ・ツ) 牛乳200ml
昼	五目炊き込みご飯 鮭の幽庵焼き さつま揚げ炒り煮 インゲンのくるみおえ 味噌汁(豆腐・揚)	御飯 牛じゃが きゅうりの酢の物 洋梨缶 味噌汁(油・ねぎ)	さつま芋ご飯 鯖の梅シロ風味焼き もやしとキノコの炒め マカロニサラダ 清汁(蒲鉾・ｷ)	御飯 豚肉トマトソース煮込み ホタテのサラダ フルーツ(ﾊﾞｲﾄﾞ・ﾐｶﾝ) コンソメスープ	御飯 シーフードカレー みずなサラダ りんごヨーグルト	御飯 *鶏肉のクリーム煮 じゃが芋のソテー 春雨中華サラダ ABCスープ	御飯 鯖の味噌煮 里芋のそぼろあんかけ キャベツの和え物 けんちん汁	御飯 鯖の南蛮漬け さつま芋の甘煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁(わかめ)	菜飯 秋鮭のｷｺﾞｺﾞｰｽ *切干大根の炒め煮 野菜の和え物 味噌汁(キャベツ)	御飯 蒸し鶏の葱塩ｸﾞﾚ *大豆ひじき煮物 小松菜のしらす和え *すまし汁(ｼｬｸｷﾞ, ｶﾞ)
間	今川焼き小倉	プチケーキ(ｶ・ｼ)	小豆入抹茶羹	ﾃﾞﾞﾞｰﾄﾞﾑｽﾞいちご	ロールケーキショコラ	蒸ｷｰﾌﾟﾚﾝ	吹雪饅頭	ﾄｰﾑｷｰｷ ｻｺ	栗饅頭	おかき(の)
夕	御飯 厚揚げと豚肉炒め 南瓜の煮物 大根のツナマヨ和え 味噌汁(マ・ｷ)	御飯 鰯の煮つけ 里芋のりまぶし ｷﾊﾞｯﾄﾞﾄﾚｯｼﾝｸﾞ和え 具沢山汁(味噌)	御飯 蒸し鶏のゴマダレかけ 昆布の煮物 白身の柚子風味 味噌汁(豆腐)	御飯 鰯の生姜焼き がんもの煮物 野菜香味和え 味噌汁(里芋)	御飯 野菜と牛肉の炒め かぶのｶﾞﾏあんかけ ｸﾞｯｽと青菜ポン酢和え 味噌汁(かぼちゃ)	御飯 鰯の照り焼き 青菜の煮浸し さつま芋の白和え 味噌汁(白菜)	御飯 牛肉と牛蒡の卵とじ れんこんの炒め物 長芋ゆかり和え 清汁(舞茸)	御飯 豚肉のボン酢炒め こぶき芋 かぶの浅漬け 清汁(ｱｷ・ﾐﾝ)	御飯 麻婆豆腐 チンゲン菜のソテー ピーチムース 中華スープ(ﾀﾞﾏ・ｷ)	御飯 ぶり大根 なすの揚げ浸し 金時豆 味噌汁(ｷﾞ・ﾀ)
11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	
朝	御飯 鮭の塩焼き 青梗菜のごま和え 味噌汁(さつま芋) 牛乳200ml	パン オムレツ 大根サラダ コンソメスープ 牛乳200ml	きのご雑炊 鰯バーグ フルーツ(みかん缶) 牛乳200ml	パン ｽﾄﾘｯﾌﾟ ﾊｲｸﾞ* 花野菜サラダ 豆乳スープ 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐* ほうれん草お浸し 味噌汁(大根・油) 牛乳200ml	パン ポタージュ煮 マカロニサラダ 牛乳200ml	御飯 豆腐ハンバーグ ほうれん草の炒め物 味噌汁(玉葱) 牛乳200ml	御飯 赤魚の粕漬け焼き* チンゲン菜のお浸し 味噌汁(豆腐) 牛乳200ml	パン ポトフ 茹で野菜ｸﾞｯｽ 牛乳200ml	御飯 五目玉子焼き 青梗菜のごま和え 味噌汁(ｷﾞ・油) 牛乳200ml
昼	御飯 鯖のワイン蒸し じゃが芋のﾊﾞﾀｰ炒め イタリアンサラダ コンソメスープ	御飯 豚肉の生姜炒め かぼちゃの煮物 白菜の酢の物 もずくスープ	御飯 ハンバーグ(ﾄﾞﾏﾄﾞｰｽ) マカロニ炒め ﾌﾙｰﾂｸﾞｯﾄﾞ(ﾊﾞｲﾄﾞ) ｺﾝｽﾞﾑｰｽﾞ(ｷﾞ・ｺ)	御飯 カレイの柚子風味焼き じゃが芋の煮物 小松菜のピーチ和え 味噌汁(なめこ)	御飯 温玉ｷｰｰｶﾚｰ ごぼうサラダ ﾌﾙｰﾂﾌﾟﾚｰ	御飯 鮭の塩焼き 白菜の煮浸し ささみと野菜の酢の物 味噌汁(豆腐)	焼きそば 餃子 ももヨーグルト 卵の中華スープ	御飯 千草焼のあんかけ 信田煮 小松菜の磯和え 味噌汁(わかめ)	御飯 八宝菜 焼売(ｶﾎﾞﾁﾔ) 長芋とおくらの梅和え 中華スープ(ﾀﾞﾏ・ｷ)	ゆかりごはん かれの生姜風味焼 がんもの煮物 *ナムル(ｷﾞﾘﾝ ﾓﾔ) 味噌汁(白・ごぼ)
間	カステラ(黒糖)	紫芋ようかん	ロールケーキ	今川焼き	桃山	ドームケーキこしあん	プチシュー抹茶×チョコ	もみじ饅頭	パウムクーヘン	ﾃﾞﾞﾞｰﾄﾞﾑｽﾞ(ﾋｰﾁ)
夕	御飯 鶏肉の味噌焼き 金平ごぼう 小松菜の辛子和え 清汁(麩)	御飯 白身魚の磯風味焼き 切干大根の煮物 大根の浅漬け 味噌汁(じゃが芋)	御飯 ぎせい豆腐のあんかけ ひじきの煮物 なすのおろし和え 味噌汁(蕪・油)	御飯 鶏肉のピカタ チンゲン菜のソテー フルーツ トマトスープ	御飯 赤魚の照り焼き チンゲン菜のソテー さつま芋サラダ 味噌汁(かぼちゃ)	御飯 牛肉の甘辛煮 なすとｲﾝｸﾞﾝの炒め フルーツ 清汁(ﾏｲ・葱)	御飯 鰯のみりん醤油焼き 里芋田楽風 かぶの塩昆布和え 清汁(麩・ｷ)	御飯 鶏肉のｶｰｰｰｽかけ ﾎﾞﾊﾞｲﾝﾄｰ ﾚﾀｽサラダ ﾊﾝﾌﾞｷﾝｽｰﾌﾟ	御飯 鰯の照り焼き 根菜と大豆の炒め煮 わかめと胡瓜の酢の物 味噌汁(ﾀﾞｲ・油)	御飯 鶏ﾂﾈの和風だれ さつま芋の甘煮 ｷﾊﾞｯﾄﾞのｶﾆｶﾞﾏ和え 味噌汁(なめこ)
21(木)	22(金)	23(土)	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	
朝	パン 鶏団子と野菜スープ煮 ｺｰﾙｽﾞﾛｰ* 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐* 鮭ﾌﾟﾚｯｸ 味噌汁(たまねぎ) 牛乳200ml	パン 海老のクリーム煮 マカロニサラダ 牛乳200ml	御飯 冬瓜とがんもの煮物 青菜としらすの煮浸し 味噌汁(ﾀﾞｲ・油) 牛乳200ml	御飯 鮭の塩焼き* 長芋とおくら和え 味噌汁(なめこ) 牛乳200ml	パン ｸﾞﾗﾀﾝ* ｸﾞｯｽ(ﾌﾞ・ﾋﾞ) 牛乳200ml	御飯 卵とはんぺんの炒め インゲンの胡麻和え 味噌汁(ｼﾞﾏﾞﾞｲﾓ) 牛乳200ml	御飯 玉子焼き 青菜のなめたけ和え 味噌汁(里芋) 牛乳200ml	御飯 鰯のもろみ焼き* 竹輪磯辺炒め 味噌汁(里芋) 牛乳200ml	パン 洋風ﾄﾞﾏﾄﾞｰｽｰﾌﾟ煮 ﾌﾙｰﾂ 牛乳200ml
昼	御飯 すき焼き風煮込み なすの味噌炒め 三色豆 清汁(はんぺん)	御飯 牛蒡とあさりの卵とじ 南瓜の煮物 たらこマヨ和え 味噌汁(白菜)	サーモン鯖丼 炊き合わせ フルーツ 清汁(ほうれん草)	御飯 カボチャのシチュー ﾌﾙｰﾂ ﾌﾙｰﾂﾌﾟﾚｰ(ﾋﾞ)	御飯 鰯のﾊﾞﾀｰ醤油 豆腐の蟹あんかけ れんこんの和え物 味噌汁(ゆ・玉)	わかめご飯 白身魚の柚子ﾎﾞｯｸﾞし さつま芋のレモン煮 しらすサラダ 味噌汁(大根・葉)	御飯 鮭の味噌焼き 高野豆腐の煮物 小松菜のﾋｰﾈｯｸﾞ和え 清汁(ｶﾌﾞ)	御飯 ﾀﾝﾄﾞﾘｰｰｷﾝ ｷﾊﾞｯﾄﾞとｸﾞｯｽのｸﾞﾘｰﾝ ｸﾞﾘｰﾝサラダ ABCスープ	御飯 *豆腐とﾄﾞｲ'のうま煮 大根の煮物 かぶの浅漬け 清汁(麩・ﾐﾝ)	御飯 白身魚の柚香焼き 竹輪の煮物 甘酢生姜和え 味噌汁(小松菜・葱)
間	芋ようかん	ロールケーキ抹茶	あずきワッフル	ミルクスイーツ 紅茶	プチケーキメープル	ばななかすてら	たい焼き	蒸しケーキ(ｺ)	ﾌﾙｰｰｰ(ｲﾝｺ)	おかき(えび)
夕	御飯 海鮮炒め 肉焼売 もやしのナムル 中華スープ(ｺﾝ・ｺ)	御飯 鶏肉のﾄﾞｲ'漬だれ焼き ｷﾊﾞｯﾄﾞとｷのこのｸﾞｰ 花野菜サラダ コンソメスープ	御飯 鰯肉のあんかけ 厚揚げの煮物 揚げなすの浸し *味噌汁(ｷ, ｸ)	御飯 豚の生姜炒め ひじきの煮物 大根のｸﾞｯ 味噌汁(ｼﾞﾏ・ｷ)	御飯 豚の生姜炒め ひじきの煮物 大根のｸﾞｯ 味噌汁(ｼﾞﾏ・ｷ)	御飯 鶏肉のピカタ ほうれん草のソテー ﾋｰﾝｽﾞﾏﾘｰ ｺﾝｽﾞﾑｰｽｰﾌﾟ	御飯 麻婆茄子 水餃子 杏仁ﾌﾙｰｰ *白菜スープ	御飯 かれの煮付け かぶのそぼろ煮 青梗菜の和え物 味噌汁(かぼちゃ)	ビーフカレー 和風マカロニサラダ ﾌﾙｰｰｰ	御飯 *ｸﾞﾗﾀﾝ ｷﾊﾞｯﾄﾞとｷのこのｸﾞｰ かぼちゃサラダ たまごスープ