



行事食

11月 誕生会

21日 厨房ダクト清掃(屋弁当)

29日 パンバイキング

リクエストメニュー

16日 通所(てりやきハンバーグ)

18日 男子棟(あんかけラーメン)

26日 女子棟(プリン)

12日 ムニエル<フランス>

郷土料理

〇〇

献立一覧表

〇〇

[常食]

2022年 11月

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)
朝食	ごはん サトイモとちくわの煮物 もやしのみそ汁 ふりかけ	食パン・ピーナツバター 野菜スクランブルエッグ カフェオレ	ごはん じゃがいもの金平 大根のみそ汁 こんぶ佃煮	黒糖ロール カレーソーテー 牛乳	ごはん ひじきのいり煮 豆腐のみそ汁 スティック梅びしお	ヨモギロール グリビとコン卵トジ ミルクティー ヨーグルト
昼食	さつまいもごはん さけのマヨ七味焼き こまつなの煮びたし トロロこんぶのすまし バナナ	ぶたしょうが丼 かぶのツナ煮 豆腐のみそ汁 スイートパイン	わかめごはん 赤魚アスクアパツア スパサラダ コーンポタージュ みかん	秋のたきこみごはん あげだし豆腐 にんじんシリシリ のっぺい汁 白桃缶	ごはん アジのステーキソースかけ チンゲンサイのクリーム煮 コンソメスープ りんごプリン	ポークカレー ワカメごまサラダ 洋ナシ缶
夕食	鶏肉おろしあえ 野菜のコンブあえ メークのみそ汁 洋ナシ缶	コーンまぜごはん さかなのソテーマトソースかけ コールスローサラダ きのこスープ ヨーグルトストロベリーソース	ごはん そぼろじゃが きりぼし大根海苔ナムル かきたま汁 バナナ	ごはん さかなハンバーグ 野菜かつおあえ たまねぎのみそ汁 ヤクルト	おやこ丼 さくら漬け みぞれあえ 白菜のみそ汁 バナナ(1/2)	ごはん 鶏ちゃん焼き 焼き豆腐の煮物 モヤシのかきたま汁 オレンジ
	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
朝食	メロンロール 大豆のサワーサラダ 牛乳 とろけるゼリー	ごはん 大根の煮物 キャベツのみそ汁 ふりかけ	食パン・マーガリン キャベツのハーブソルトソテー ミルクココア	ごはん 高野ぜんまい煮物 たまねぎと海苔のみそ汁 ふりかけ	チーズロール ブロッコリーのごまサラダ カフェオレ ヨーグルト	ごはん 豆腐サイコロ煮 サツマイモのみそ汁 スティックのり佃煮
昼食	ごはん 野菜コロッケ キャベツのゆかりあえ あずか汁 ヨーグルトブルーベリーソース	◎A)肉じゃが 肉じゃがが ◎B)たらねぎみそ焼き たらねぎみそ焼き ◎共通料理◎ ごはん チンゲンサイごまあえ きのこのみそ汁 みかん	ごはん さわらのわかめ蒸し 春雨入り茶わん蒸し モヤシのみそ汁 りんご	ごはん サケのあげぼの揚げ しらたきのいり煮 カボチャのみそ汁 ヤクルト	くりごはん エビ天と野菜かきあげ 天つゆ 具だくさん豚汁 ケーキ	ごはん さわらムニエルタルソース フレンチサラダ オニオンスープ バナナ(1/2)
夕食	ごはん ブリのゆずこしょう焼き がんものふくめ煮 たまねぎと海苔のみそ汁 あまがき	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 白菜リンゴサラダ カレースープ コーヒーゼリー	三色丼 いんげんみそあえ 豆腐のすまし汁 パイン缶	ごはん あげだし豆腐五目アツカ 五色なます かす汁 バナナ(1/2)	ごはん 野菜たっぷりチャブチェ いかきゅうりサラダ 中華たまごスープ みかん缶	ごはん チキンスープカレー ふくじん漬 インゲンごま酢あえ ヨーグルトストロベリーソース
	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
朝食	黒ゴマロール 目玉焼き ミルクティー	ごはん サトイモのてり煮 たまねぎのみそ汁 ふりかけ	オレンジロール 大豆のサワーサラダ ミルクココア ヨーグルト	ごはん 豆腐のたまごとし 大根と海苔のみそ汁 ゆかりふりかけ	レーズンロール チンゲンサイのソーテー 牛乳 とろけるゼリー	ごはん じゃがいもの金平 カボチャのみそ汁 こんぶ佃煮
昼食	ベーコンチャーハン ポークシューマイ もずくスープ オレンジジュース	◎A)クリームシチュー クリームシチュー ◎B)ササミ青シソピカタ ササミ青シソピカタ ◎共通料理◎ ごはん れんこんとツナのサラダ しば漬け バナナ	ごはん てりやきハンバーグ さつまいも煮 メークのみそ汁 みかん缶	ごはん さわらの磯辺焼き さつまいも炒煮 かす汁 バナナ(1/2)	あんかけラーメン 大根と人参サラダ コーンごはんS ジョア(80mlタイプ)	ごはん チキンチャブキノコソース コールスローサラダ コーンポタージュ メロンゼリー
夕食	ごはん アジのてりやき 厚揚げ甘酢カツパッ煮 キャベツのみそ汁 りんご	たぬき丼 白菜漬け かぼちゃと高野の含煮 豆腐のみそ汁 カルシウムウエハース	ごはん カレーの煮付け 炒豆腐 モヤシのかきたま汁 スイートパイン	ドライカレー ジャーマンポテト キャロットポタージュ ヨーグルトブルーベリーソース	ごはん おでん 鶏とキュウリのめかぶあえ たくあん 白桃缶	ごはん 豆腐とえびの中華風煮 もやしのカレー炒め のっぺい汁 みかん
	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
朝食	黒糖ロール ジャーマンポテト ミルクティー	ごはん 大豆とひじき煮物 大根のみそ汁 大根の煮物	ヨモギロール ホウレン草ベーコンバターソテー ミルクココア ヨーグルト	ごはん さつまいも煮 たまねぎと海苔のみそ汁 ふりかけ	食パン・チョコレート チンゲンサイのスクランブル 牛乳	ごはん きりぼし大根煮物 たまねぎのみそ汁 スティックのり佃煮
昼食	おべんとう(外注)	ごはん 豆腐ハンバーグ 白菜のクリーム煮 コンソメスープ ヨーグルトストロベリーソース	ごはん シーフードポトフ きりぼし大根のナポリ風 ビーマン漬け スイートパイン	ごはん 豆腐チャンプルー 大根の煮物 メークのみそ汁 ヤクルト	ごはん アジのソテークリームソースかけ ブロッコリーときのこのサラダ カレースープ みかん	ごはん マーボー豆腐 人参のさつぱりナムル 中華たまごスープ プリン
夕食	ごはん さわらのカレームニエル さつまいもの煮物 キャベツのみそ汁 バナナ(1/2)	豚みそビリ辛丼 キャベツ和風サラダ かきたま汁 みかん缶	ごはん 和風オムレツ風 かぼちゃそぼろ煮 白菜のみそ汁 季節の和菓子	ごはん 豚とサトイモのみそ煮 ネギとイカ酢みそあえ モヤシのかきたま汁 バナナ(1/2)	ごはん 中華風やさしいため パンサンデー きくらげスープ ビタミンゼリー	ごはん ホウレン草とキノコのオムレツ風 インゲンのピーナツあえ キャロットポタージュ マンゴー缶
	28(月)	29(火)	30(水)			
朝食	レーズンロール ブロッコリーときのこのサラダ カフェオレ ヨーグルト	ごはん サトイモとひじきの煮物 こまつなのみそ汁 ふりかけ	食パン・いちごジャム キャベツスクランブル ミルクティー			
昼食	ひじき入りちらしずし チンゲンサイのわさびマヨあえ 大根のみそ汁 大学いも	パンバイキング ポテトサラダ オニオンスープ バナナヨーグルト コーヒー牛乳	ごはん ミートボールのトマト煮 ブロッコリーのごまサラダ グリーンピースポタージュ いちごゼリー			
夕食	ごはん ふわふわ鶏豆腐 こまつなの中華あえ もずくスープ バナナ	ごはん 治部煮 ビーマンのいり煮 メークのみそ汁 みかん缶	ごはん 千種焼きたまご(ツナ) じゃがいもの金平 豆腐と海苔のみそ汁 りんご			

*都合により献立を変更することがあります。

今月のエネルギー量1880kcal たんぱく質73.4g 脂質50.9g 食塩相当量6.9g