

11月献立予定表



	11月1日 (日)	11月2日 (月)	11月3日 (火)	11月4日 (水)	11月5日 (木)	11月6日 (金)	11月7日 (土)
昼	ご飯・すまし汁 庄内の芋煮風 NEW 青菜の辛子和え 杏仁フルーツ	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き いんげんのごま和え ふろふき大根	ご飯・味噌汁 サバの柚子塩焼き 青菜と油揚げの煮浸し 茶碗蒸し	ご飯・味噌汁 鶏肉の中華炒め 塩昆布和え 牛乳寒天	ご飯・すまし汁 メンチカツ フレンチサラダ じゃがいもの煮物	ご飯・スープ きのこハンバーグ 根菜のコンソメ煮 フルーツヨーグルト	ご飯・味噌汁 鮭のねぎみそ焼き 切干大根煮 卵の花
夕	ご飯・味噌汁 赤魚のさっぱりだれ えび炒め キャバツのごま和え	ご飯・すまし汁 マーボー豆腐 青菜のお浸し 金時豆	ご飯・味噌汁 豚肉の生姜焼き ほうれん草のサラダ すき昆布煮	ご飯・味噌汁 タラの煮付け ジャーマン南瓜 春雨サラダ	ご飯・味噌汁 かれいの漬け焼き 鶏じゃが ブロッコリーのおかか和え	ご飯・味噌汁 赤魚の粕漬け焼き 青菜の煮浸し さつまいもサラダ	ご飯・味噌汁 鶏肉朝鮮焼き マセドアンサラダ 金平ごぼう

	11月8日 (日)	11月9日 (月)	11月10日 (火)	11月11日 (水)	11月12日 (木)	11月13日 (金)	11月14日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 さんまの塩焼き 筑前煮 ひじき入り厚焼き卵	ご飯・味噌汁 八宝菜 ツナ和え 果物(みかん)	ご飯・味噌汁 サバの味噌煮 南瓜と高野しのだの煮物 焼きなす	ご飯・味噌汁 鶏つくね ひじき炒り煮 ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 豚とチンゲン菜の卵炒め がんと里芋の煮物 なます	ご飯・スープ チキンカレー 揚げ茄子 果物(柿とりんご)	ご飯・味噌汁 にしんとふきの煮付け もって菊のごま和え 果物(オレンジ)
夕	ご飯・味噌汁 NEW カマンベールチーズフライ シーザーサラダ なすの枝豆そぼろあん	ご飯・スープ コロケ 肉詰めいなりの煮物 オーロラサラダ	ご飯・味噌汁 酢鶏 菜の花の辛子和え 葱入り厚焼き卵	ご飯・味噌汁 ホッケの漬け焼き ほうれん草のバターソテー マカロニサラダ	ご飯・味噌汁 ぶりの照り焼き けんちん炒め NEW ニラとツナの和え物	ご飯・味噌汁 肉シュウマイ キャバツと竹輪のみそマヨ 南瓜の煮物	ご飯・味噌汁 とんかつ 根菜のコンソメ煮 山芋とオクラのゆずポン

	11月15日 (日)	11月16日 (月)	11月17日 (火)	11月18日 (水)	11月19日 (木)	11月20日 (金)	11月21日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 サーモングリル 白菜とベーコンの旨煮 果物(バナナ)	ご飯・味噌汁 春巻き キャバツと竹輪の炒め物 エッグサラダ	ご飯・味噌汁 かれいの漬け焼き 卵炒め 青菜と菊の辛子マヨ和え	ご飯・スープ 肉団子 マカロニサラダ 大根のカニかまあん	ご飯・味噌汁 赤魚の西京焼き けんちん炒め NEW 柿とりんごのサラダ	ご飯・味噌汁 ベーコン南瓜シチュー キャバツのオニオンドレ 厚焼き卵	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き いんげんとツナの青じそ和え 果物(みかん)
夕	ご飯・スープ チキンカツ シーフードサラダ ぜんまいの和え物	ご飯・すまし汁 さんまの塩焼き 茄子田楽 ほうれん草しゅうまい	ご飯・すまし汁 松風焼き 中華サラダ さつまいもの煮物	ご飯・味噌汁 白身フライ ふきと豚肉の炒め煮 ふくさ焼き	ご飯・味噌汁 豚とさつま芋の煮物 菜の花のおろし和え 枝豆そぼろ	ご飯・味噌汁 焼き鮭 豚肉と根菜のオイスター煮 豆腐とザーサイの和え物	ご飯・味噌汁 マーボーなす キャバツのサラダ 揚げシュウマイ

	11月22日 (日)	11月23日 (月)	11月24日 (火)	11月25日 (水)	11月26日 (木)	11月27日 (金)	11月28日 (土)
昼	ご飯・スープ(ポテト) 鶏のみそ粕焼き チャンプルー風炒め もずく酢	ご飯・味噌汁 ハヤシライス 三角いなりの煮物 果物(洋なし)	ご飯・味噌汁 かにたま 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮	ご飯・すまし汁 鮭の煮付け 切干大根煮 白和え	ご飯・コーンスープ おろしハンバーグ ナムル 果物(柿)	ご飯・味噌汁 エビフライ 青昆布煮 旬彩焼き	ご飯・味噌汁 NEW さんま甘露煮 きのこのトマト煮 厚揚げの粕煮
夕	ご飯・すまし汁 さんまの揚げ煮 オクラともやしの梅和え 里芋そぼろ煮	ご飯・味噌汁 アジの生姜煮 マカロニサラダ 炒り卵と菜の花の和え物	ご飯・味噌汁 まいたけフライ ひとくちおでん 金平ごぼう	ご飯・味噌汁 鶏と大根の煮物 お浸し 南瓜サラダ	ご飯・味噌汁 ホキの野菜あんかけ キャバツの生姜浸し 鶏五目豆	ご飯・すまし汁 ホイコーロー 春雨サラダ じゃが芋とさつま揚げの煮物	ご飯・味噌汁 里芋と鶏の煮ころがし チンゲン菜のごま酢和え 炒り卵

	11月29日 (日)	11月30日 (月)
昼	ご飯・味噌汁 ホッケの塩焼き ほうれん草のエビ炒め ごぼうサラダ	ご飯・スープ チーズオムレツ ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト
夕	ご飯・味噌汁 イカかつ NEW 青菜と卵の炒め和え 卵の花	ご飯・味噌汁 ふんわり天 ひじきの炒り煮 南瓜のふくめ煮

※献立は、食材の納入状況や季節食材の使用により変更になる場合があります。



庄内まちづくり協同組合 虹
配食センター味彩
 TEL:24-0010 FAX:33-8800