

11月献立予定表



	(日)	11月1日 (月)	11月2日 (火)	11月3日 (水)	11月4日 (木)	11月5日 (金)	11月6日 (土)
昼		ご飯・味噌汁 鱈の煮つけ いんげんのごま和え ふろふき大根	ご飯・すまし汁 芋煮風 青菜の辛子和え 黒ゴマ牛乳寒天	ご飯・味噌汁 サバの柚子塩焼き 筑前煮 茶碗蒸し	ご飯・味噌汁 鶏肉の中華炒め 塩昆布和え 杏仁フルーツ	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
夕		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 赤魚のさっぱりだれ えび炒め からどりのごま和え	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 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
	11月7日 (日)	11月8日 (月)	11月9日 (火)	11月10日 (水)	11月11日 (木)	11月12日 (金)	11月13日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き 切干大根煮 卵の花	ご飯・味噌汁 さんま甘露煮 青菜と油揚げの煮浸し 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)
夕	ご飯・味噌汁 鶏肉朝鮮焼き マセドアンサラダ 金平ごぼう	ご飯・味噌汁 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 コロッケ 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 青菜のバターソテー 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 ニラとツナの和え物	ご飯・味噌汁 肉シュウマイ 葉野菜のみそマヨ和え 南瓜の煮物
	11月14日 (日)	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)
昼	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)	ご飯・味噌汁 チキンカツ 白菜とベーコンの旨煮 果物(バナナ)	ご飯・味噌汁 春巻き キャベツと竹輪の炒め物 エッグサラダ	栗ご飯・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 柿とりんごのサラダ	ご飯・味噌汁 ベーコン南瓜シチュー キャベツのオニオンドレッシング 厚焼き卵
夕	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	ご飯・スープ 焼肉風 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 豚とさつまいもの煮物 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 豆腐とザーサイの和え物
	11月21日 (日)	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)
昼	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き いんげんとツナの青じそ 果物(みかん)	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
夕	ご飯・味噌汁 マーボーなす キャベツのサラダ 花五目巻き	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 キャベツの生姜浸し 鶏五目豆	ご飯・すまし汁 ホイコーロー 春雨サラダ じゃが芋の煮物
	11月28日 (日)	11月29日 (月)	11月30日 (火)	 <p>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</p>			
昼	ご飯・味噌汁 さんま甘露煮 ほうれん草のエビ炒め 厚揚げの粕煮	ご飯・味噌汁 イカかつ 青菜と卵の炒め和え 卵の花	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 里芋と鶏の煮ころがし 青梗菜のごま酢和え 炒り卵	ご飯・味噌汁 ほっけの塩焼き 一口がんもの煮物 ごぼうサラダ	ご飯・味噌汁 クノーデルフライ ひじきの炒り煮 南瓜のふくめ煮				