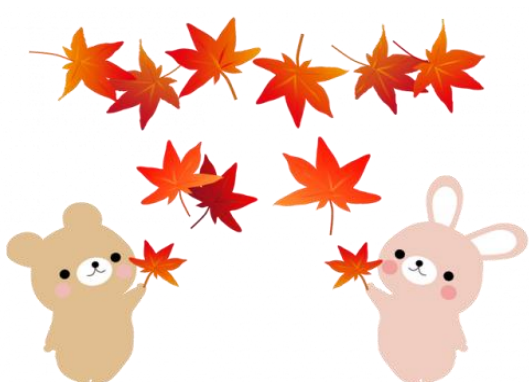


11月献立予定表

	☀ (日)	☀ (月)	☀ (火)	☀ (水)	☀ (木)	11月1日 (金)	11月2日 (土)
昼						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 スケソウダラの煮つけ いんげんのごま和え 茶わん蒸し
夕						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・すまし汁 マーボー豆腐 青菜のお浸し 栗かぼちゃ

	11月3日 (日)	11月4日 (月)	11月5日 (火)	11月6日 (水)	11月7日 (木)	11月8日 (金)	11月9日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 サバの柚子塩焼き 筑前煮 おひたし	ご飯・味噌汁 豚肉の中華炒め 塩昆布和え 杏仁フルーツ	ご飯・スープ きのこハンバーグ 根菜のコンソメ煮 パナナ	ご飯・味噌汁 八宝菜 ツナ和え 果物（みかん）	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き 青菜と油揚げの煮びたし ひじき入り厚焼き卵	ご飯・味噌汁 コロッケ 切干大根煮 卵の花	ご飯・すまし汁 メンチカツ フレンチサラダ 里芋の煮物
夕	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 栗コロッケ ジャーマン南瓜 春雨サラダ	ご飯・味噌汁 白身フライ 青菜の煮浸し さつまいもサラダ	ご飯・スープ クリーミーコロッケ 肉詰めいなりの煮物 オーロラサラダ	ご飯・味噌汁 かにたま シーザーサラダ なすの枝豆そぼろあん	ご飯・味噌汁 鶏肉塩麴焼き マセドアンサラダ 金平れんこん	ご飯・味噌汁 赤魚かす漬け焼き 鶏じゃが ブロッコリーのおかか和え

	11月10日 (日)	11月11日 (月)	11月12日 (火)	11月13日 (水)	11月14日 (木)	11月15日 (金)	11月16日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 豚とチンゲン菜の卵炒め がんもと里芋の煮物 なます	ご飯・味噌汁 イカ野菜カツ 白菜とベーコンのうま煮 さつま芋のコロコロサラダ	ご飯・味噌汁 肉しゅうまい もってぎくの胡麻和え オレンジ	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	ご飯・スープ きのこカレー 揚げ茄子 果物（バナナ）	栗ご飯・味噌汁 からあげ さつま芋ときのこの甘辛炒め 卵寒天	ご飯・味噌汁 たらの野菜あんかけ 南瓜と高野しのだの煮物 焼きなす
夕	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・スープ 焼肉風 シーフードサラダ 花五目卵巻き	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酢	ご飯・すまし汁 さばの塩焼き 茄子田楽 青菜と菊の辛しマヨ和え	ご飯・味噌汁 すき焼きコロッケ キャベツと竹輪のみそマヨ和え 南瓜の煮物	ご飯・すまし汁 鮭の塩焼き 中華サラダ 里芋の煮物	ご飯・味噌汁 酢鶏 ほうれん草の辛し和え 葱入り厚焼き卵

	11月17日 (日)	11月18日 (月)	11月19日 (火)	11月20日 (水)	11月21日 (木)	11月22日 (金)	11月23日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 鶏つくね ひじき炒り煮 ポテトサラダ	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 梨	ご飯・味噌汁 クリームシチュー キャベツのオニオンドレ 厚焼き卵	ご飯・味噌汁 ほっけの塩焼き いんげんとツナの青じそドレ和 果物（みかん）	ご飯・スープ（ポテト） 照り焼きチキン チャンプルー風炒め もずく酢	ご飯・味噌汁 ハンバーグ ほうれん草のエビ炒め さつまいもサラダ
夕	ご飯・味噌汁 サバ味噌煮 ほうれん草のバターソテー 卵サラダ	ご飯・味噌汁 紅イモコロッケ 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 キャベツのおろし和え 枝豆そぼろ	ご飯・味噌汁 かわいいの漬け焼き 豚肉と根菜のオイスター煮 人参しりしり	ご飯・味噌汁 肉団子 キャベツのサラダ 花五目巻き	ご飯・すまし汁 鮭の塩焼き オクラともやしの梅和え 里芋そぼろ煮	ご飯・味噌汁 白身フライ ひとくちおでん きんぴらレンコン

	11月24日 (日)	11月25日 (月)	11月26日 (火)	11月27日 (水)	11月28日 (木)	11月29日 (金)	11月30日 (土)
昼	ご飯・すまし汁 野菜コロッケ 切干大根煮 白和え	ご飯・味噌汁 ハヤシライス 三角いなりの煮物 パナナ	ご飯・味噌汁 からあげ ナムル 果物（柿）	ご飯・味噌汁 イカかつ 青菜と卵の炒め和え 卵の花	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き ほうれん草のエビ炒め 厚揚げの粕煮	ご飯・味噌汁 エビフライ 青昆布煮 旬彩焼き	ご飯・コーンスープ オムレツ ほうれん草ソテー ブロッコリーサラダ
夕	ご飯・味噌汁 鶏の葱塩焼き マカロニサラダ 炒り卵と菜の花の和え物	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・味噌汁 さばの塩焼き 一口がんもの煮物 ごぼうサラダ	ご飯・味噌汁 かにたま 里芋の煮転がし 青梗菜の胡麻酢和え	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 鶏の野菜あんかけ ひじきの炒り煮 南瓜のふくめ煮