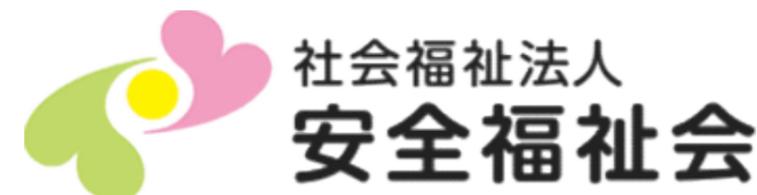




令和3年11月 献立表



	1	2	3	4	5	6	7
	月	火	水	木	金	土	日
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 魚肉ソーセージ炒め 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 さつま芋の金平 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 干びょう煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 鶏団子のトマト煮 牛乳 青かつぱ	麦ご飯 味噌汁 五目大豆煮 ジョア 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 炒り豆腐 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 人参金平 牛乳 Caふりかけ
昼食	あかねご飯 とろろうどん きのことささみのポン酢和え りんご	ご飯 魚のレモン蒸し 春菊の海苔和え ごぼうのツナ煮 パイン缶	ご飯 牛肉の甘辛煮 絹さやのゆかり和え はんぺんの磯焼き バナナ	ご飯 かき揚げ レタスの酢の物 セロリソテー みかん缶	中華飯 きのこのスープ もやしのシラス和え ミルクゼリー	ご飯 魚の梅煮 小松菜のお浸し かぼちゃソテー バナナ	ご飯 エビマヨ 三つ葉の卸和え キャベツの煮浸し 西洋なし缶
3時	ピーチゼリー	かぼちゃ浮島	ワッフル	甘納豆	ココアブラウニー	人形焼き	
夕食	ご飯 鶏のバジル焼き タラモサラダ ぜんまい煮 西洋なし缶	ご飯 豚キムチ ピーマンのおかか和え 冬瓜のカニあんかけ オレンジ	中華風炊き込みおこわ 豆腐ステーキ 卵とわかめスープ 青梗菜のゴマ和え 黄桃缶	ご飯 魚のゆず香り焼き 人参といんげんのサラダ 里芋のそぼろ煮 柿	ご飯 鶏の生姜炒め アスパラのピーナッツ和え 糸切昆布煮 キウイ	ご飯 チーズオムレツ きゅうりの中華和え ブロッコリーのコンソメ煮 白桃缶	ご飯 ピーマンの肉詰め トマトのドレッシング和え エリンギのバター醤油炒め りんご

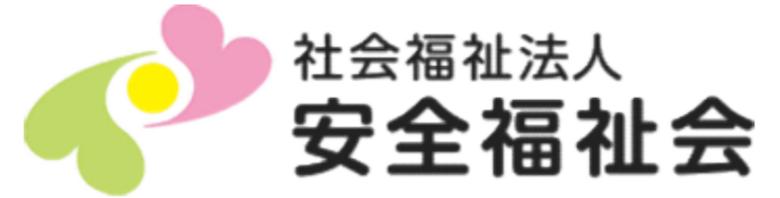


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和3年11月 献立表



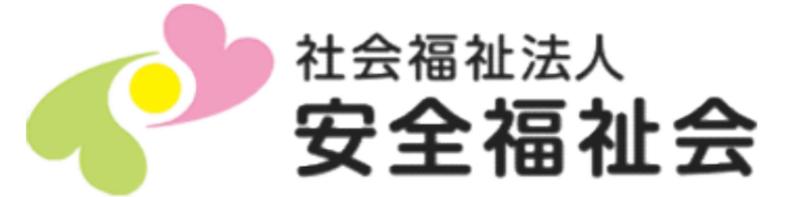
	8	9	10【昼食選択日】	11	12	13	14
	月	火	水	木	金	土	日
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 人参金平 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 白菜の炒め煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 温泉卵 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 きのこの中華炒め 牛乳 Feふりかけ	麦ご飯 味噌汁 かぶのゆずあんかけ ジョア 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 里芋の煮物 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 かぼちゃのレモン煮 牛乳 たいみそ
昼食	サンドイッチ 栗とさつまいものポタージュ ネバネバサラダ 一口磯辺フライ オレンジ	ご飯 鶏の甘酢あんかけ いんげんのわさび和え じゃが芋とコーンの炒め物 黄桃缶	①鉄火丼 ②牛すき丼 けんちん汁 もやしの昆布和え キウイ	ご飯 秋野菜の洋風卵焼き ひじきサラダ アスパラの煮びたし 西洋なし缶	鮭ご飯 ちゃんぽん麺 蒸ししゅうまい パイ缶	ご飯 魚の照り焼き カリフラワーのクルミ和え 青梗菜とカニの中華煮 りんご	ご飯 鶏肉の香味ソースかけ キャベツのツナ和え 高野豆腐煮 みかん缶
3時	おはぎ	プリン	みたらし団子	オレンジケーキ	たこ焼き	ミルクもち	
夕食	ご飯 魚の塩焼き なすのずんだ和え 厚揚げ煮 パイ缶	ご飯 ポークソテー ほうれん草のサラダ あげ天煮 フルーツヨーグルト	ご飯 麻婆豆腐 玉ねぎのマリネ 春雨ソテー みかん缶	ご飯 魚の煮つけ セロリのツナマヨ和え 長いもとソーセージ炒め バナナ	ご飯 牛肉の塩だれ炒め マカロニサラダ うずら豆の甘煮 オレンジ	わかめご飯 おでん 白菜の酢の物 ピーマンと舞茸ソテー 白桃缶	ご飯 さつまいもコロケ 豚汁 春菊のおかか和え キウイ



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和3年11月 献立表



	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金	20【昼食選択日】 土	21 日
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 はんぺん煮 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 煮奴 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 ピーマンときのこのしぐれ煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ぜんまい煮 牛乳 Feふりかけ	麦ご飯 味噌汁 あげ天の野菜あんかけ ジョア 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 もやしとニラの中華炒め 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 白花豆の甘煮 牛乳 ゆずみそ
昼食	オムハヤシライス コンソメスープ 海藻サラダ 柿のコンポート	ご飯 鶏肉の山椒焼き トマトサラダ なすの煮びたし バナナ	パン 和風きのこスパゲッティ コーンのかきたまスープ ブロッコリーサラダ 抹茶あずきゼリー	きのこご飯 鶏のから揚げ 小松菜の菜種和え 炊き合わせ りんご	ご飯 豆腐のカレー炒め かぼちゃサラダ 人参金平 パイン缶	ご飯 ①チキン南蛮(タルタルソース) ②魚のタルタルソースかけ 冬瓜の梅和え しいたけ煮 白桃缶	ご飯 はんぺんのはさみフライ レタスとパプリカのマリネ ひじきの炒り煮 西洋なし缶
3時	マドレーヌ	芋ようかん	チーズケーキ	シュークリーム	蒸しパン	ロールケーキ	
夕食	ご飯 魚のみそマヨ焼き めかぶの和え物 山菜金平 西洋なし缶	ご飯 えびハンバーグ もやしナムル レンコンと牛肉の甘辛炒め デザートムース(いちご)	ご飯 青椒肉絲 長いもの短冊 切干大根煮 オレンジ	ご飯 魚のチリソース煮 絹さやの中華和え 卵の花炒め 黄桃缶	肉みそ丼 すまし汁 春雨の酢の物 キウイ	ご飯 豚じゃが 白菜のゆず和え ほうれん草ソテー 柿	ご飯 卵袋煮 いんげんの辛子和え キャベツのじゃこ炒め オレンジ



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和3年11月 献立表



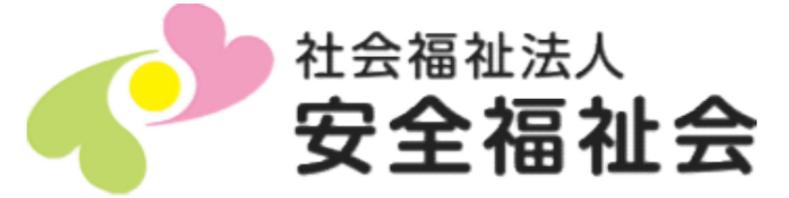
	22 月	23 火	24 水	25【誕生会】 木	26 金	27 土	28 日
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 なすのベーコン炒め 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 山菜煮 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 ツナスクランブルエッグ 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 高野豆腐煮 牛乳 野沢菜漬け	麦ご飯 味噌汁 冬瓜のそぼろ煮 ジョア Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎの卵炒め 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 セロリソテー 牛乳 たいみそ
昼食	ご飯 魚のマスタード焼き アボカドサラダ がんもの含め煮 バナナ	チャーハン 春雨スープ 青梗菜の中華和え 蒸しえび餃子 杏仁豆腐	ご飯 ミートローフ 大根サラダ もやしと桜エビのソテー ブルーベリーヨーグルト	海鮮ちらし寿司 吸い物 春菊と白菜のお浸し 炊き合わせ 柿	ご飯 かに玉 絹さやの生姜和え 長いも煮 黄桃缶	ゆずいなり 鶏南蛮そば キャベツのゴマ和え オレンジ	ご飯 大豆とベーコンのコロッケ レタスのレモン和え あげ天煮 キウイ
3時	フルーチェ	スイートポテト	紅葉まんじゅう	カステラ	チョコプリン	あんまん	
夕食	ご飯 鶏団子と野菜の煮つけ きゅうりと麩の酢の物 アスパラのタラコ炒め パイン缶	ご飯 魚のもみじ焼き 里芋のピーナッツ和え きのこのしぐれ煮 キウイ	ご飯 鶏肉のオレンジソースかけ 白和え ジャーマンポテト りんご	ご飯 牛肉と野菜のプルコギ風 カリフラワーのドレッシング和え ナスソテー みかん缶	ご飯 魚のクリーム煮 人参ナムル ピーマンと竹輪炒め バナナ	ご飯 厚揚げと豚肉炒め トマトのポン酢和え かぼちゃの煮物 西洋なし缶	ご飯 ぶり大根 もやしのきのこ和え 小松菜の塩炒め パイン缶



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和3年11月 献立表



	29	30					
	月	火					
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 ビーフンソテー 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 舞茸ソテー 牛乳 Feふりかけ					
昼食	ご飯 エビ団子と白菜の煮つけ アスパラのゆかり和え 五目金平 みかん缶	パン 魚のムニエル ミネストローネ かぶサラダ ぶどうゼリー					
3時	白玉ぜんざい	クレープ					
夕食	秋野菜カレー 豆腐サラダ デザートムース(バナナ) 福神漬け	ご飯 蒸し鶏 ほうれん草の海苔酢和え はんぺん煮 りんご					



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。