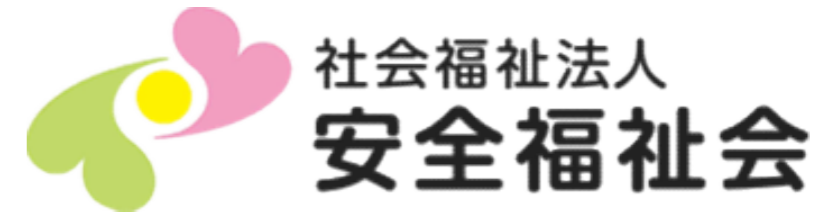




令和5年11月 献立表



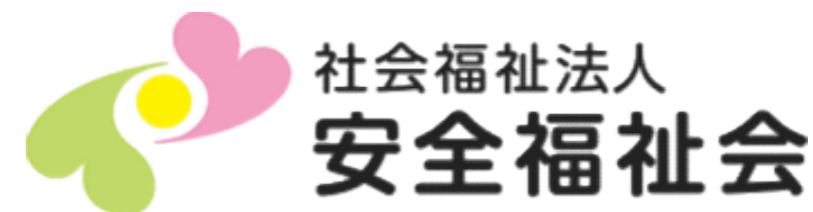
	1	2	3	4	5	6	7
	水	木	金	土	日	月	火
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 青梗菜の煮浸し 牛乳 ゆずみそ	麦ご飯 味噌汁 切干大根煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 じゃが芋とソーセージ炒め 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 うずら豆の甘煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 三つ葉の卵とじ ジョア Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 厚揚げの野菜あんかけ 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 山菜煮 牛乳 たくあん漬け
昼食	ご飯 鶏肉のバジル焼き 大豆サラダ セロリとあげ天煮 みかん缶	あかねご飯 とろろそば きのことささみのポン酢和え パイ缶	ご飯 牛肉の甘辛煮 キャベツの辛子和え はんぺんのタラコ焼き オレンジ	かき揚げ丼 けんちん汁 きゅうりの酢の物 みかん缶	ご飯 ポークビーンズ もやしのドレッシング和え かぼちゃソテー りんご	ご飯 カレーのおきな煮 ほうれん草のナムル れんこんのそぼろ炒め キウイ	ご飯 エビチリ 白菜のレモン和え きのこの中華炒め ミルクゼリー
3時	ロールケーキ	プリン	シフォンケーキ	たこ焼き		フルーチェ	蒸しパン
夕食	ご飯 秋野菜の洋風卵焼き アスパラのゆかり和え 白菜のカニあんかけ りんご	ご飯 鱈のムニエル ひじきサラダ さつま芋金平 キウイ	中華風炊き込みおこわ 豆腐ステーキ 卵とわかめのスープ 小松菜のゴマ和え 黄桃缶	ご飯 鱈のピーナッツソースかけ おからとツナのサラダ ピーマンときのこソテー バナナ	ご飯 鶏の生姜炒め ブロッコリーの梅和え なす煮 パイ缶	ご飯 豚肉と卵の中華炒め レタスとトマトサラダ 里芋のりまぶし 白桃缶	ご飯 肉団子のスープ煮 いんげんの生姜和え 炒り豆腐 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5年11月 献立表



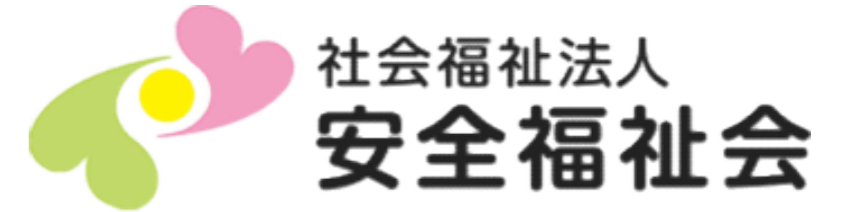
	8	9	10【昼食選択日】	11	12	13	14
	水	木	金	土	日	月	火
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 山菜煮 牛乳 青かつぱ	麦ご飯 味噌汁 玉ねぎのしぐれ煮 牛乳 かぼちゃの含め煮	カルシウムご飯 味噌汁 かぼちゃの含め煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 アスパラとコーンの炒め物 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 高野豆腐煮 ジョア たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 干びょう煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 はんぺん煮 牛乳 青かつぱ
昼食	サンドイッチ 栗とさつまいものポタージュ ネバネバサラダ ハムカツ パイ缶	ご飯 鶏のオレンジ煮 カリフラワーのマヨネーズ和え なすの甘辛炒め いちごヨーグルト	①親子丼 ②豚丼 吸い物 もやしのシラス和え キウイ	鮭ご飯 ちゃんぽん麺 ニラ饅頭 オレンジ	ご飯 鮭の照り焼き 白菜のゆず和え いんげんと竹輪煮 バナナ	ご飯 鶏肉の香味ソースかけ 小松菜のクルミ和え マカロニのトマト煮 柿	ハヤシライス 海藻サラダ スクランブルエッグ デザートムース(オレンジ)
3時	白玉団子	卵ボーロ	りんごゼリー	マドレーヌ		クレープ	どら焼き
夕食	ご飯 サバの塩焼き きゅうりとカニのごま酢和え ふろふき大根 りんご	ご飯 豆腐のきのこあんかけ キャベツのおかか和え 青梗菜とパプリカの炒め物 バナナ	ご飯 めばるの煮つけ 春菊の白和え 人参金平 みかん缶	ご飯 牛肉のゴマだれ焼き ポテトサラダ セロリのツナ煮 黄桃缶	菜飯 おでん めかぶ和え 舞茸とピーマン炒め パイ缶	ご飯 かぼちゃコロケ レタスの和風サラダ 厚揚げ煮 ピーチゼリー	ご飯 蒸し魚(赤魚)の卸ポン酢かけ なすのごまみそ和え 金時豆の甘煮 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。



令和5年11月 献立表



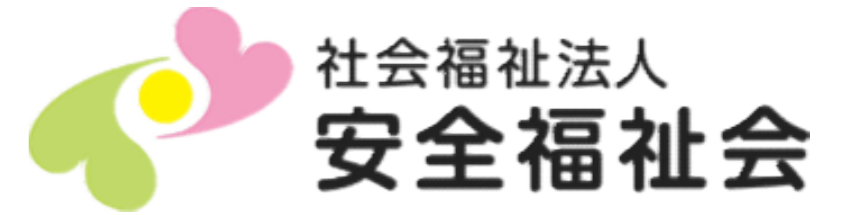
	15	16	17	18	19	20【昼食選択日】	21
	水	木	金	土	日	月	火
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 かぶ煮 牛乳 のり佃煮	麦ご飯 味噌汁 金平ごぼう 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ぜんまい煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 卵の花炒め 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 カリフラワーのコンソメ煮 ジョア ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 糸切昆布煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 もやしソテー 牛乳 たくあん漬け
昼食	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め アスパラのタラコ和え あげ天煮 白桃缶	ご飯 麻婆豆腐 きゅうりナムル ビーフソテー みかん缶	ゆずいなり寿司 卵とじうどん もやしのお浸し オレンジ	ご飯 魚(シイラ)のみそマヨ焼き ピーマンの中華和え 里芋のきのこあんかけ りんご	ご飯 アジフライ&カニクリームコロッケ キャベツの和風サラダ ひじきと厚揚げ煮 カルピスゼリー	ご飯 ①サバの照り焼き ②オムレツ 大根サラダ なすのベーコン煮 パイン缶	きのこご飯 鶏肉の甘酢あんかけ トマトとわかめのおかか和え 長いもの白煮 オレンジ
3時	エクレア	かぼちゃ浮き島	フレンチトースト	パンナコッタ		りんごケーキ	ミルクもち
夕食	ご飯 えびハンバーグ トマトサラダ ブロッコリーのチーズ焼き バナナ	ご飯 ぶりの梅煮 さつま芋サラダ 玉ねぎと桜エビの塩炒め キウイ	ご飯 豚じゃが 切干大根のドレッシング和え いんげんのバター醤油炒め パイン缶	ご飯 鶏の山椒焼き 人参のピーナッツ和え 冬瓜煮 黄桃缶	ご飯 肉団子と野菜の煮つけ スパゲティサラダ 青梗菜の中華炒め キウイ	ご飯 豆腐のカレー炒め アスパラの酢味噌和え かぼちゃのはちみつ煮 バナナ	ご飯 魚(メルルーサ)のチリソース煮 白菜のゆかり和え 山菜金平 白桃缶



※ 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5年11月 献立表



	22	23	24	25	26	27	28
	水	木	金	土	日	月	火
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 煮奴 牛乳 のり佃煮	麦ご飯 味噌汁 玉ねぎとカニの中華炒め 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 大根のべっこう煮 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 がんもの含め煮 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 きのこのしぐれ煮 ジョア しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ひじきの炒り煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 温泉卵 牛乳 Caふりかけ
昼食	ご飯 牛肉と野菜のプルコギ風 いんげんの生姜和え はんぺんの磯焼き みかん缶	海鮮ちらし寿司 吸い物 春菊のお浸し 炊き合わせ 柿	ご飯 厚揚げのそぼろ煮 ブロッコリーのツナドレッシング和え れんこんの甘辛炒め パイン缶	ご飯 豚肉の塩だれ炒め 小松菜の磯和え 里芋のゴマ煮 りんご	ご飯 鮭の粕漬焼き セロリのツナマヨ和え かぼちゃのレモン煮 バナナ	パン ナポリタン コーンスープ グリーンサラダ デザートムース(りんご)	ご飯 大豆とベーコンのコロッケ レタスマリネ もやしソテー キウイ
3時	あんまん	ワッフル	白玉ぜんざい	チーズケーキ		芋ようかん	カステラ
夕食	ご飯 穴子とごぼうの柳川風煮 パプリカマリネ キャベツソテー りんご	ご飯 豚肉のパイナップルソースかけ きゅうりのきのこ和え かぶのクリーム煮 黄桃缶	ご飯 魚(ホキ)のもみじ焼き もやしのポン酢和え さつま芋の甘煮 キウイ	チャーハン 春雨スープ なすの中華風浸し 蒸ししゅうまい 杏仁豆腐	ご飯 かに玉あんかけ ピーマンの昆布和え ぜんまい煮 みかん缶	ご飯 太刀魚の蕪蒸し ほうれん草のゴマ和え 白花豆の甘煮 オレンジ	ご飯 エビ団子と白菜の煮つけ 冬瓜のもずく和え 五目金平 白桃缶



※ 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。

