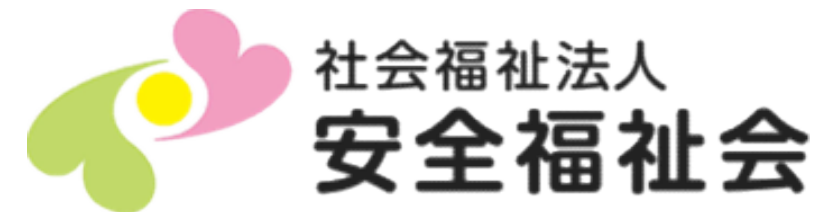




令和7年11月 献立表



	1	2	3	4	5	6	7
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 あげ天の野菜あんかけ 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 大根のべっこう煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 厚揚げの炒め物 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 なすの含め煮 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 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 ブロッコリーのカニあんかけ 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 冬瓜煮 牛乳 青かつぱ
昼食	ご飯 豚肉のゴマだれ焼き いんげんのピーナッツ和え かぼちゃのレモン煮 白桃缶	ご飯 太刀魚のきのこあんかけ アスパラの梅和え はんぺんの黄身付け焼き りんご	オムライス ほうれん草のポタージュ もやしの和風サラダ デザートムース(バナナ)	ご飯 ミートローフ ピーマンの中華サラダ ジャーマンポテト 白桃缶	ご飯 白身魚のフライ 玉ねぎマリネ がんもの含め煮 キウイ	鮭ご飯 きつねうどん アスパラとささみの和え物 柿	ご飯 牛肉の塩だれ炒め もやしのなめたけ和え 小松菜の煮浸し りんご
3時	ワッフル		鬼まんじゅう	フルーツゼリー	フルーツパウンドケーキ	抹茶ようかん	ココアシフォンケーキ
夕食	ご飯 麻婆豆腐 レタスの海苔和え なすソテー キウイ	ご飯 牛肉と里芋の炒め煮 もずくの酢の物 キャベツの中華炒め みかん缶	ご飯 魚(ホキ)の南部焼き カリフラワーのマヨネーズ和え ごぼうの炒り煮 黄桃缶	ご飯 鶏の五目煮 白菜のわさび和え 人参金平 オレンジ	ゆかりご飯 おでん 青梗菜のゴマ和え きのこのツナ炒め 黄桃缶	ご飯 魚(めばる)のポン酢かけ キャベツのおかか和え さつま芋の甘煮 みかん缶	ご飯 スペイン風オムレツ レタスときゅうりのサラダ 卵の花炒め ミルクゼリー

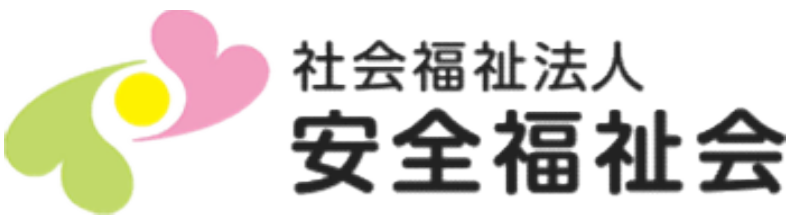


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 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7年11月 献立表



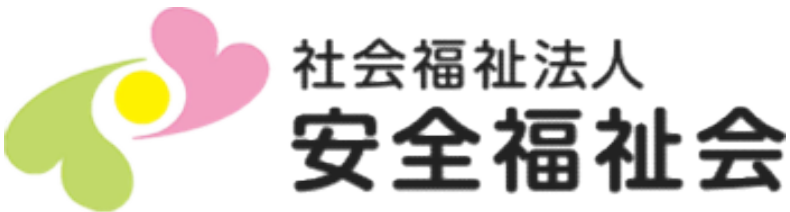
	8	9	10	11	12	13	14
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 かぼちゃソテー 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 温泉卵 牛乳 温泉卵	カルシウムご飯 味噌汁 高野豆腐煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 干びょう煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 青梗菜の中華煮 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 五目大豆煮 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 はんぺん煮 牛乳 しば漬け
昼食	ひじきご飯 揚げ出し豆腐 なすの中華風浸し パプリカの甘辛炒め 白桃缶	ご飯 サバの煮付け 里芋の和風サラダ 舞茸とハムの炒め物 オレンジ	ご飯 八宝菜 カリフラワーのゆかり和え さつま芋金平 みかん缶	パン マカロニグラタン コンソメスープ 海藻サラダ マスカットゼリー	シーフードカレー 大根サラダ ゆで卵 福神漬け いちごヨーグルト	ご飯 鶏肉のとろろがけ 白菜ときゅうりの酢の物 玉ねぎのしぐれ煮 バナナ	ビビンバ 春雨スープ いんげんのゆず和え キウイ
3時	白玉ぜんざい		チョコプリン	バームクーヘン	酒まんじゅう	マーマレードケーキ	アップルパイ
夕食	ご飯 豚肉のバター醤油炒め 白菜のクルミ和え いんげんとはんぺん煮 バナナ	ご飯 鶏の柚子こしょう焼き ほうれん草のゴマ酢和え 糸切昆布煮 黄桃缶	ご飯 メルルーサのピーナッツソースかけ アスパラのマスタード和え 切干大根煮 キウイ	ご飯 厚揚げのそぼろあんかけ ピーマンの生姜和え あげ天煮 りんご	ご飯 肉団子のスープ煮 キャベツのタラコ和え もやしソテー オレンジ	ご飯 鮭のもみじ焼き なすのゴマ和え きのこのおかか煮 白桃缶	ご飯 巣ごもり卵 ブロッコリーのツナ和え かぼちゃのはちみつ煮 みかん缶



※ 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7年11月 献立表



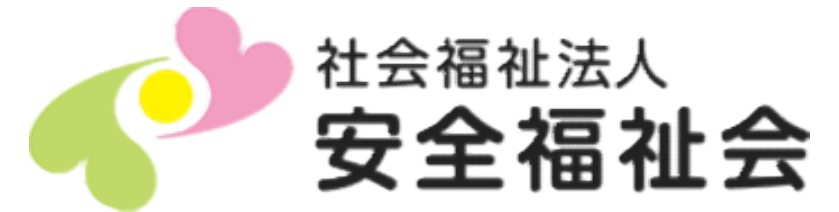
	15【昼食選択日】	16	17	18	19	20	21
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 アスパラのレモンソテー 牛乳 青かっぱ	カルシウムご飯 味噌汁 チーズスクランブルエッグ 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 がんもの含め煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 きのこの中華炒め 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 かぼちゃのベーコン煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 冬瓜のホタテあんかけ 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 ひじきの炒り煮 牛乳 たくあん漬け
昼食	ご飯 ①鯖のムニエル ②さつま芋コロッケ 春菊の白和え 五目金平 りんご	ご飯 蒸し鶏 キャベツの中華サラダ 卵の花炒め 白桃缶	キムチチャーハン スープ餃子 もやしナムル ピーマンとビーフン炒め 杏仁豆腐	ご飯 ぶり大根 めかぶ和え なすのしぎ焼き キウイ	いなり寿司 なめこそば ほうれん草のピーナッツ和え 黄桃缶	ご飯 親子煮 カリフラワーの甘酢和え いんげんのバター醤油炒め 白桃缶	ご飯 鱈のゆず香り蒸し 青梗菜のとろろ和え あげ天煮 オレンジ
3時	揚げパン		ロールケーキ	たこ焼き	ババロア	卵ボーロ・甘酒	マドレーヌ
夕食	ご飯 豚の生姜焼き 人参マリネ ひじきと竹輪煮 黄桃缶	ご飯 赤魚の甘酢あんかけ 冬瓜の梅和え 金時豆の甘煮 バナナ	ご飯 えびのオイスターソース炒め 小松菜の辛子和え 里芋のりまぶし オレンジ	ご飯 ポークチャップ タラモサラダ 厚揚げの生姜炒め みかん缶	ご飯 魚(シイラ)のピカタ アスパラの和風サラダ 白菜のコンソメ煮 りんご	ご飯 豆腐の肉みそかけ ピーマンの昆布和え ごぼうのしぐれ煮 バナナ	ハヤシライス スパゲティサラダ 福神漬け デザートムース(ぶどう)



※ 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7年11月 献立表



	22	23	24	25【昼食選択日】	26	27	28
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 あげ煮 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 もやしと桜エビの塩炒め 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 なすの含め煮 牛乳 青かっぱ	カルシウムご飯 味噌汁 いんげんのツナ煮 牛乳 ふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 かぶと竹輪煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 カリフラワーのそぼろ煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 麩の卵とじ 牛乳 野沢菜漬け
昼食	ご飯 豚じゃが 切干大根の和え物 舞茸ソテー みかん缶	中華風炊き込みおこわ 鶏の磯焼き アスパラのわさび和え 里芋のゴマ煮 りんご	サンドイッチ 大豆のミネストローネ グリーンサラダ(レタスブロ) フルーツヨーグルト	ご飯 すき焼き風煮 パプリカの梅和え はんぺんの付け焼き バナナ ②カレーうどん	ご飯 肉団子のクリーム煮 コールスローサラダ 炒り豆腐 黄桃缶	海鮮ちらし寿司 吸い物 春菊と白菜のお浸し 筑前煮 柿	わかめご飯 味噌ラーメン 蒸ししゅうまい フルーツポンチ
3時	やわらかおかき		あんまん	ドームケーキ	蒸しパン	プリン	おはぎ
夕食	ご飯 カレイの梅肉焼き ハムサラダ キャベツの中華煮 キウイ	ご飯 ピーマンの肉詰めフライ 玉ねぎとわかめのサラダ 高野豆腐煮 黄桃缶	ご飯 魚(シルバー)のマスタード焼き 小松菜のゴマ和え 大根の薄くず煮 みかん缶	ご飯 えびの中華風炒め バンサンスー さつま芋煮 白桃缶	ご飯 サバの蒲焼き かぼちゃのクルミ和え しいたけ煮 オレンジ	ご飯 豚肉と厚揚げの甘辛炒め もやしの生姜和え 里芋のおかか煮 みかん缶	ご飯 鶏のオレンジ煮 豆腐サラダ じゃが芋金平 キウイ

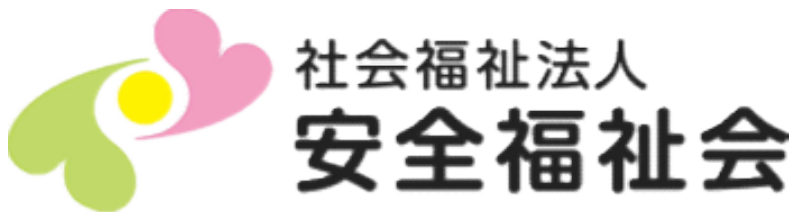


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 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7年11月 献立表



	29	30					
	土	日					
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 人参のゴマ油炒め 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 煮奴 牛乳 のり佃煮					
昼食	ご飯 鮭の塩焼き ほうれん草のナムル うずら豆の甘煮 りんご	ご飯 秋野菜のオムレツ ピーマンサラダ マカロニのツナ煮 白桃缶					
3時	クレープ						
夕食	ご飯 メンチカツ アスパラの辛子マヨネーズ和え ひじきとがんも煮 ババロア(マロン)	ご飯 魚(めばる)の蕪蒸し きゅうりのポン酢和え あげ天の煮浸し バナナ					



※ 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。