

# 11月

## 週間献立表



お楽しみ	19日 (日)	20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	勤労感謝の日 23日 (木)	24日 (金)	25日 (土)
朝	セレクトパン ミートオムレツ もやしの香味サラダ コンソメスープ	ごはん チキンピカタ ひじきの炒り煮 鯛味噌 味噌汁	ごはん 洋風だし巻き玉子 マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁	ごはん 鶏つみれの煮物 金平牛蒡 海苔佃煮 味噌汁	セレクトパン はんぺんの タルタル焼き もやしのりんごドレ サラダ 中華スープ	ごはん プレーンオムレツ コンソメソース 切り干し大根の マヨサラダ ふりかけ 味噌汁	ごはん ほうれん草のソテー オクラのおかか和え 梅びしお 味噌汁
	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳
昼	豚の生姜丼 大根の利休煮 ほうれん草の ピリ辛和え 清汁	ごはん 鯖の香味焼き 切り干し大根の 煮物 ブロッコリーのおか ら和え 味噌汁	ごはん 鶏の照り焼き 枝豆とベーコン 塩バターソテー とろろの梅肉和え 味噌汁	ちらし寿司 高野豆腐の サイコロ煮 茶碗蒸し 抹茶ババロア	おにぎり あんかけ 卵とじうどん 絹揚げと豚の煮物 しろなのごま和え	ごはん 鶏の 野菜ソース焼き キャベツのソテー 味噌汁 ★水ようかん ★きなこゼリー	ポークカレー 福神漬け らっきょう漬け カリフラワーの 香味サラダ ヨーグルト ブルーベリーソース
おやつ	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと	ユニットごと
夕	ごはん 白身魚のグリル マリネソース 絹揚げの煮物 ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 肉団子の 和風あんかけ 白菜の煮びたし 春雨スープ みかん缶	ごはん ホキのソテー 茸ソース もやしの炒め物 味噌汁 ピーチムース	ごはん ポークチャップ 南瓜の含め煮 しば漬け 味噌汁	ごはん 牛肉と大根の煮込 み イカの袱紗焼き さつま芋サラダ 味噌汁	ごはん サンマの山椒煮 白菜の 塩だしとろみ炒め 昆布佃煮 味噌汁	ごはん おでん うまい菜の炒め煮 高菜炒め 清汁