









11月
献立表


	朝	昼	夕
1日(金)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 ます塩焼 ねぎ入り卵焼き ・お浸し みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏ねぎ味噌炒め 旨煮 ぶどう ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 さば塩焼 ゆかり和え ソーメン汁
2日(土)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 若鶏三色巻 ・煮付け いかたっぷり小判 みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 すき焼き風煮 もずく酢 りんご ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 たら塩焼 ソテー みそ汁
3日(日)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 あさり生姜煮 ・お浸し ベーコン巻エッグ みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> 赤飯 かじき粕焼 煮付け・清汁 みかん・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏のマーマレード煮 くるみ和え みそ汁
4日(月)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 あじ塩焼 ミートボール ・ソテー みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 赤魚中華風 焼ビーフン 柿 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 豆腐田楽 磯部和え 清汁 
5日(火)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 ほっけ塩焼 花五目卵巻 ・お浸し みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 タンドリーチキン 中華炒め 梨 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 かつお醤油焼 金平ごぼう みそ汁
6日(水)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 若鶏西京焼 三色豆 ・煮付け みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 干草焼 なます キウイ、甘夏 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 さわら塩焼 ごま和え みそ汁
7日(木)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 ミニハンバーグ いわし生姜煮 ・煮浸し みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 刺身 オイスターソース炒め バナナ ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 信田煮 ピーナッツ和え みそ汁
8日(金)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 ぶり塩焼 野菜ひろうす ・ソテー みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> パン エビカツ マリネ ・スープ マンゴー ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏の香草焼 煮付け みそ汁 
9日(土)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 さんまみぞれ煮 だし巻卵 ・お浸し みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 レモン風味生姜焼 中華和え ぶどう ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 赤魚西京焼 炒め物 清汁
10日(日)	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 さば塩焼 納豆 ・煮付け みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> カレーライス サラダ プリン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 カレイ塩焼 おかか和え みそ汁

11日(月)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・玉子ロール ・鶏柔らか煮 ・野菜炒め ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鮭ハンバーグ ・筑前煮 ・みかん ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・焼肉 ・五色和え ・みそ汁
12日(火)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・メバル味噌漬焼 ・豆乳寄せ ・お浸し ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ささ身チーズ焼 ・煮浸し ・柿 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ほっけ塩焼 ・なす炒り ・みそ汁 
13日(水)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チキンピカタ ・ます塩焼 ・辛子和え ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ちゃんぽん ・かに豆腐 ・栗ムース ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・あじ南蛮焼 ・煮付け ・みそ汁
14日(木)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・タラ煮付 ・オムレツ ・ソテー ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・肉みそがけ ・彩り野菜の白和え ・マンゴー ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ぶり照焼 ・コーン煮 ・清汁 
15日(金)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・かつお塩焼 ・肉詰めいなり ・煮浸し ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆかりご飯 ・五目卵焼 ・ツナ和え ・りんご ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏山椒焼 ・ごぼうサラダ ・みそ汁
16日(土)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・温泉卵 ・赤魚塩焼 ・煮付け ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豆腐ステーキ ・彩り金平 ・キウイ ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・さわら塩焼 ・めかぶ和え ・みそ汁
17日(日)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・寄せ湯葉けんちん ・蓮根と挽肉の照焼 ・お浸し ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・カツ煮 ・ソテー ・バナナ ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鮭粕焼 ・煮付け ・みそ汁 
18日(月)	<ul style="list-style-type: none"> ・麦飯 ・トコロ ・にしん甘露煮 ・田舎煮 ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚味噌漬焼 ・ポン酢和え ・ぶどう ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・たら塩焼 ・中華炒め ・清汁
19日(火)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ミートボール ・湯豆腐 ・お浸し ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・包み焼 ・炒め煮 ・みかん ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・さば味噌煮 ・磯部和え ・ワンタン汁
20日(水)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・オムレツ ・八幡巻 ・煮浸し ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鰯かぶおろし煮 ・かぼちゃサラダ ・梨 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豆腐ハンバーグ ・キノコ煮 ・みそ汁 
21日(木)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・卵の花 ・わさび和え ・さんまレモン煮 ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・ポークソテー ・サラダ ・スープ ・ゼリー ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・カレイ煮付 ・ソテー ・みそ汁

22日(金)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・五目豆腐揚げ ・あじ塩焼 ・お浸し ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏ピカタ ・ひじき煮 ・柿 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ほっけみりん焼 ・生姜和え ・みそ汁
23日(土)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・かじき西京焼 ・しゅうまい ・ソテー ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・栗ご飯 ・射込み豆腐 ・おかか和え ・りんご ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・巣ごもり卵 ・肉じゃが ・みそ汁 
24日(日)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・三色信田 ・ます塩焼・ピーナッツ和え ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・松風焼 ・ブロッコリー蟹あん ・みかん ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・かつお南部焼 ・マカロニサラダ ・清汁
25日(月)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・若鶏照焼 ・メバル雑穀煮 ・炒め物 ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・寿司 ・煮浸し ・清汁 ・プリン ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・麻婆豆腐 ・ごま和え ・みそ汁
26日(火)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ツナ生姜煮 ・玉子ロール ・ゆかり和え ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏野菜うどん ・ナムル ・ぶどう ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・赤魚塩焼 ・煮付け ・みそ汁 
27日(水)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・さわら塩焼 ・野菜ひろうす ・お浸し ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚肉野菜巻 ・煮付け ・マンゴー ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・かに玉 ・松前和え ・みそ汁 
28日(木)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ししゃも ・金平ごぼう ・寄せ湯葉けんちん ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレーライス ・カクテルサラダ ・生クリーム和え ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・あじ柚庵焼 ・炒め煮 ・みそ汁
29日(金)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・いかたっぷり小判 ・花五目卵巻 ・煮付け ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・台湾風唐揚げ ・五色和え ・梨 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・さば塩焼 ・伴三絲 ・みそ汁 
30日(土)	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チキンボール ・ぶり揚げ煮 ・煮浸し ・みそ汁 ・漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・おでん ・青椒肉絲 ・ゼリー ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・たら粕焼 ・くるみ和え ・みそ汁

※献立は都合により変更になることがありますのでご了承ください。