

11月 月間献立表

〈11月の旬の食材〉

さつまいも・里芋・にんじん・大根・れんこん・かぶ
白菜・チンゲン菜・えのき・鮭・鯖など

冷え込む季節になってきましたが体調の方は大丈夫でしょうか？
これからどんどん寒くなってくると思うので、しっかり食べて
寒い冬を乗り越えられる元気な身体をつくりましょう！

1(土)

ごはん
味噌汁

鶏肉のバーベキューソース

ブロッコリーのホタテ風味あん

卵豆腐

8(土)

2(日)

3(月)

4(火)

5(水)

6(木)

7(金)

中野町リクエストメニュー

麵献立

お休み

さくらごはん
味噌汁
メンチカツ
きのこ炒め
ナムル

ごはん
コンソメスープ
チキンクリームシチュー
キャベツサラダ
イチゴゼリー

ごはん
味噌汁
焼き鯖の香味だれ
切干大根煮
白菜のゆかり和え

ごはん
味噌汁
鶏のねぎ塩焼き
切り昆布煮
カリフラワーサラダ

みそラーメン
わかめごはん
エビシュウマイ
白桃缶

ごはん
味噌汁
赤魚の塩麹焼き
じゃがいものツナ煮
スナッPEndウサラダ

9(日)

10(月)

11(火)

12(水)

13(木)

14(金)

15(土)

カレー献立

パン・ごはん選択献立

お休み

ポークカレー
ツナサラダ
フルーツヨーグルト

ごはん
味噌汁
鯖の幽庵焼き
かぶの煮物
紅あずまのサラダ

ごはん
味噌汁
野菜入り揚げ豆腐
南瓜のバターソテー
いんげんの和え物

チャーハン
中華スープ
パンバンジー風サラダ
黄桃缶

ごはん
味噌汁
カレイのから揚げ和風あんかけ
ブロッコリーのオイスター炒め
大根サラダ

パン・ごはん選択
コンソメスープ
ハンバーグ(オニオンソース)
青梗菜のソテー
ブドウゼリー

16(日)

17(月)

18(火)

19(水)

20(木)

21(金)

22(土)

お休み

ごはん
中華スープ
麻婆豆腐
春雨炒め
マンゴープリン

シーフードピラフ
コンソメスープ
グラタン風フライ
人参サラダ

ハヤシライス
ハムサラダ
フルーツポンチ

ごはん
すまし汁
鯖の味噌煮
枝豆と豆腐のふんわり天
とろろ

ごはん
味噌汁
豚肉の生姜焼き
里芋のそぼろ煮
ほうれん草の錦糸和え

ごはん
味噌汁
秋刀魚のおろしだれ
スナッPEndウのソテー
もやしのしらす和え

23(日)/30(日)

24(月)

25(火)

26(水)

27(木)

28(金)

29(土)

誕生会献立

お休み

五目炊き込みごはん
味噌汁
鮭のバター醤油焼き
厚焼き卵
カリフラワーサラダ

ごはん
けんちん汁(味噌)
南瓜コロッケ
炒り豆腐
マカロニサラダ

三色丼
すまし汁
さつま芋のレモン煮
りんご缶

ごはん
中華スープ
ホイコーロー
エビとブロッコリーの中華あんかけ煮
白菜の甘酢和え

きのこの炊き込みご飯
すまし汁
赤魚の香り味噌焼き
かぶの洋風煮
ひじきサラダ

赤飯
赤だし味噌汁
えびフライ
茶碗蒸し
ポテトサラダ

先月のおやつ (10月は以下のおやつをお召し上がりいただきました)

日	月	火	水	木	金	土
			1 シヤトレゼ 梨恋夢	2 シヤトレゼ 黒糖まんじゅう	3 ヤタロー さつま芋と栗のタルト	4 ヤタロー あんみつ
6 ヤタロー 行事用和菓子(お月見期間)	7 ヤタロー 行事用和菓子(秋の実)	8 ヤタロー マドレーヌ	9 ヤタロー 黒糖頭	10 ヤタロー やわらか半割	11 ヤタロー 原宿ドッグ	
	14 ヤタロー ロールケーキ	15 ヤタロー 行事用和菓子(秋の次郎)	16 ヤタロー たい焼き	17 秋芳堂 まんじゅう	18 おやつバイキング	
20 ヤタロー 塩バニラクリームウッフル	21 ヤタロー 乳菓頭	22 ヤタロー だら焼き	23 ヤタロー カエデの実	24 ヤタロー 焼きドーナツ	25 ヤタロー ストロベリーショート	
27 セブンイレブン プチシュー	28 セブンイレブン プチエクレア	29 ヤタロー ミニマフィン	30 ヤタロー パウムクーヘン(カットデモ)	31 ヤタロー 行事用和菓子(ハロウィンお化け)		

一部施設により異なる場合がございますので、ご了承ください