

11月 月間予定献立表

<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・しいたけ・鮭・鯖・みかんなど だんだん冷え込む季節になってきましたね。体が温まるようなメニューを少し増やしてみました。体を冷やさないようにし、これから迎える冬に向けて健康管理をしっかりとしましょう！ 		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	
			中野町リクエストメニュー			
		ごはん すまし汁 鶏の香り味噌焼き 茄子炒め キャベツの胡麻和え	きのこあんかけうどん わかめごはん 白和え ゆずゼリー	シーフードピラフ コンソメスープ グラタン風フライ みかん缶	ごはん 味噌汁 和風ハンバーグ 切干大根煮 青梗菜の山椒和え	
5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
					カレー献立	
お休み	ごはん 味噌汁 白身魚フライ 筍と厚揚げの煮物 オクラのなめたけ和え	さつまいもごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼き 大根と竹輪煮 ほうれん草の和え物	ごはん 味噌汁 鮭のレモンペッパー焼き スナックエンドウのソテー マカロニサラダ	ごはん 味噌汁 はんぺんチーズフライ 切り昆布煮 南瓜サラダ	チキンカレー ツナサラダ フルーツヨーグルト	ごはん 味噌汁 焼き鯖の香味だれ ひじき煮 とろろ
12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
			パン・ごはん選択献立			
お休み	五目炊き込みごはん すまし汁 秋刀魚のおろしだれ さつまいもの甘煮 白菜の浅漬け風	ごはん 中華スープ かに玉 パンバンジー風サラダ 杏仁豆腐	パン・ごはん選択 コンソメスープ チキンクリームシチュー ほうれん草のソテー 黄桃缶	ごはん 味噌汁 鯖の醤油麹焼き 青梗菜の旨塩炒め 里芋サラダ	ごはん すまし汁 豆腐ナゲット 茄子の味噌炒め マスカットゼリー	チャーハン 中華スープ シュウマイ トマトサラダ
19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
	ハヤシライス献立					誕生日会献立
お休み	ハヤシライス コールスロー フルーツポンチ	ごはん 味噌汁 赤魚の塩麹焼き もやしのそぼろ炒め 紅あずまのサラダ	ごはん 中華スープ ホイコーロー えびしゅうまい 春雨の中華和え	きのこの炊き込みごはん すまし汁 カレイの竜田揚げ 柚子風味あん 白菜の煮浸し なます	ごはん 味噌汁 鶏肉のパーベキューソース かぶの炒め煮 アスパラサラダ	赤飯 赤だし味噌汁 えびフライ ポテトサラダ 茶碗蒸し
26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
お休み	ごはん すまし汁 鯖の味噌煮 れんこんきんぴら カニカマサラダ	三色丼 すまし汁 切り昆布煮 白桃缶	ごはん 豚汁 南瓜コロッケ 茄子の煮物 白菜の甘酢和え	ごはん 味噌汁 鯖の胡麻みりん焼き ひじき煮 青梗菜のドレッシング和え		

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
	2	3	4	5	6	7
	ヤタロー やわらか羊羹	ヤタロー 抹茶プリン	ヤタロー 和玉	ヤタロー チーズタルト	ヤタロー 乳業饅頭	ヤタロー レモンケーキ
	10	11	12	13	14	15
	ほくほく栗まんじゅう	ヤタロー ヘーゼルナッツ&モカ	ヤタロー 行事用和菓子(秋の次郎)	ヤタロー カットロール	ヤタロー たい焼き	ヤタロー たい焼き
16	ヤタロー しょうりおからケーキ	17	18	19	20	21
	ヤタロー かりんとう	ヤタロー カステラ	ヤタロー パウムクーヘン(カット型) クリームフロセ	ヤタロー クリームフロセ パウムクーヘン(カット型)	ヤタロー やわらか団子	ヤタロー ミニマフィン
23	ヤタロー 利休饅頭	24	25	26	27	28
	ヤタロー コーヒーゼリー	ヤタロー ティラミスケーキ	和栗のパンケーキ	ロールケーキ	ヤタロー 今川焼き 白あん饅頭	ヤタロー ストロベリーショート
30	ヤタロー コーヒーゼリー	31				
		ヤタロー 行事用和菓子(おぼけ饅頭)				

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