



# 2022

## ディサービス ゆかり



# 11月の献立予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 プリの照焼 煮物 ほうれん草のしらす和え ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	2 豚の生姜焼き ひじき煮 野菜サラダ さつまいもごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	3 味付けごはん 里芋の煮物 豚しゃぶサラダ すいとん フルーツ/漬物	4 生揚げの豚ロール 里芋の味噌煮 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	5 エビフライ かぼちゃグラタン シーチキンのサラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物
6 じゃこごはん つくね餡かけ 酢の物 すいとん フルーツ/漬物	7 シュウマイ ニラと豆腐の玉子とし 中華サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	8 ハンバーグ 人参しりしり 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	9 ギョウザ 煮物 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	10 焼魚(ほっけ) 煮物 お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	11 天ぷら 切干大根の煮物 酢の物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	12 カレーライス だし巻き卵 サラダ スープ フルーツ/漬物
13 鮭のホイル焼 がんもの煮物 お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	14 ポークピカタ もやしの煮物 和え物 ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	15 お楽しみメニュー	16 はんぺんのチーズフライ マーボナス キノコおろし ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	17 お楽しみメニュー	18 煮魚(赤魚) じゃが芋とベーコンの煮物 サラダ ツナの炊き込みごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	19 メンチカツ サラダ ピラフ スープ フルーツ/漬物
20 ミートボール 煮物 サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	21 親子煮 じゃが芋の味噌炒め ほうれん草のお浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	22 きのこごはん 鶏と大根の煮物 お浸し とん汁 フルーツ/漬物	23 鮭の西京焼 豚のおろし和え お浸し ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	24 揚げうどん だし巻き卵 さっぱりサラダ いなり フルーツ/漬物	25 スパゲッティ から揚げ コールスローサラダ ミネストローネスープ フルーツ/ピクルス	26 鱈フライ 茄子のそぼろ炒め サラダ ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物
27 お楽しみメニュー	28 焼魚(塩サバ) おでん 和え物 味付ごはん/味噌汁 フルーツ/漬物	29 お楽しみメニュー	30 シチュー ちくわと大葉の巻き巻き サラダ ごはん フルーツ/漬物	◎食べられない食材がある場合は、 お気軽にお申し付けください。 ※メニューは変更になる場合がございます。		