



11月の献立予定表



月		火	水	木	金	土
			1 ハンバーグ(きのこあん) がんもの煮物 サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	2 魚のフライ もやしの炒り煮 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	3 コロッケ 切り干し大根 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	4 鯖の塩焼き 厚揚げの煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
5 カレーライス 竹輪の磯部揚げ マカロニサラダ スープ フルーツ/漬物	6 きのこごはん 卵とじ ササミサラダ 芋の子汁 フルーツ/漬物	7 二色丼 ジャーマンポテト 中華サラダ 芋の子汁 フルーツ/漬物	8 味付けごはん すき昆布の煮物 ハムサラダ すいとん フルーツ/漬物	9 ひじきごはん 炒り豆腐 南瓜のサラダ 豚汁 フルーツ/漬物	10 五目ごはん ひじきの煮物 胡麻和え すいとん フルーツ/漬物	11 さつまいごはん 煮物 春雨サラダ 豚汁 フルーツ/漬物
12 チキンカツ 切り干し大根 コールスローサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	13 カレイのあんかけ 南瓜の煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	14 ポークチャップ 煮物 和風サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	15 焼魚(赤魚粕) 肉じゃが 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	16 キャベツメンチ 里芋のそぼろあん 梅肉和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	17 カレイの煮魚 南瓜の煮物 スパサラ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	18 チキンピカタ きんぴら サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
19 魚の南蛮漬け 竹輪とピーマンのソテー 白和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	20 鶏の照り焼き 大根とさつまいごの煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	21 鯖の味噌煮 人参シリシリ 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	22 シチュー 煮物 卵サラダ ご飯 フルーツポンチ	23 タラの味噌マヨ焼き おから 野菜サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	24 焼売 高野豆腐の煮物 ナムル ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	25 焼魚 里芋の味噌煮 お浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
26 麻婆豆腐 煮浸し 生姜和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	27 鮭のチャンチャン焼き 里芋の煮物 塩昆布の和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	28 レタスチャーハン 揚げ出し豆腐 サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	29 焼魚(ホッケ) 筑前煮 ツナサラダ ご飯/味噌煮 フルーツ/漬物	30 ささみフライ 大根の煮物 お浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	<p>◎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。特に魚の入荷状況が難しくなっており、変更する事があります。</p>	