



11月の献立予定表



月

火

水

木

金

土

◎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。

お休みされた際には、別日に振替利用できますのでお声がけ下さい



1 焼魚（ホッケ） ビーフン サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物	2 鶏の唐揚げ 炒り豆腐 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
--------------------------------------------------	------------------------------------------------

3
休み

4 煮込みハンバーグ 切り干し大根 きのこのマリネ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

5 鯖の塩焼き ひじきの煮物 マカロニサラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

6 チキンピカタ 里芋の煮物 おろし和え ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

7 鮭フライ 煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

8 肉団子 キャベツの炒り煮 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

9 エビチリ 煮物 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

10
休み

11 鮭の南蛮漬 肉じゃが 春雨サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

12 鶏の照り焼き すき昆布の煮物 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

13 煮魚（カレイ） きのこの炒り煮 中華サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

14 肉豆腐 南瓜の煮物 サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

15 鯖の味噌煮 厚揚げの煮物 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

16 豚の味噌焼き 人参シリシリ お浸し フルーツ/漬物 フルーツ/漬物

17
休み

18 焼きそば 鶏肉と野菜の揚げ出し サラダ スープ フルーツ/漬物

19 ひじきごはん 大根とさつま揚げの煮物 お浸し 芋の子汁 フルーツ/漬物

20 さつま芋ごはん 厚揚げの磯部揚げ 酢の物 すいとん フルーツ/漬物

21 いなり おでん風煮 南瓜のサラダ 芋の子汁 フルーツ/漬物

22 カレーライス 煮物 サラダ スープ フルーツ/漬物

23 スパゲッティ タレカツ サラダ スープ フルーツ

24
休み

25 煮魚（赤魚） もやしの炒り煮 さつま芋サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

26 回鍋肉 芋の子のそぼろ煮 酢の物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

27 魚のムニエル 卵とじ スパサラ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

28 豚肉とキャベツのカレー炒め 煮物 和え物 ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

29 焼魚（赤魚） 揚げ出し豆腐 お浸し ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物

30 鶏胸のみぞれ煮 キンピラ 大根サラダ ご飯/味噌汁 フルーツ/漬物
