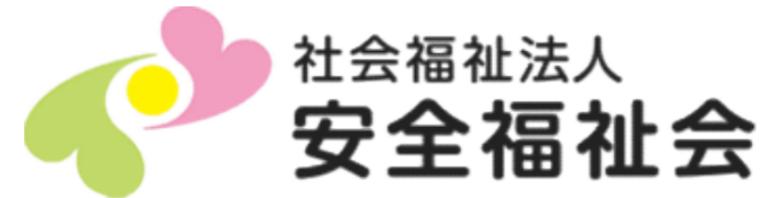




令和6年11月 献立表



| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|----|---|---|---|---|---|--|---|
| | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| 朝食 | カルシウムご飯 味噌汁 切干大根煮 牛乳 野沢菜漬け | カルシウムご飯 味噌汁 きのこのしぐれ煮 牛乳 たいみそ | カルシウムご飯 味噌汁 卵の花 牛乳 しば漬け | カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎとカニの塩炒め 牛乳 青かつぱ | カルシウムご飯 味噌汁 厚揚げの甘辛炒め 牛乳 ゆずみそ | カルシウムご飯 味噌汁 あげ天煮 牛乳 たくあん漬け | カルシウムご飯 味噌汁 かぼちゃのはちみつ煮 牛乳 のり佃煮 |
| 昼食 | あかねご飯 焼きそば かきたま汁 いんげんのわさび和え 柿 | ご飯 鶏肉のオレンジ煮 ポテトサラダ ほうれん草ソテー パイン缶 | ご飯 アジフライ キャベツサラダ 人参のツナ炒め 黄桃缶 | ご飯 牛肉のおろし煮 ブロッコリーの梅和え 山菜金平 バナナ | 中華飯 汁ビーフン ひじきのマリネ 杏仁豆腐 | ご飯 鶏肉の香味ソースかけ 青梗菜のごまマヨネーズ和え きのこのレモンソテー キウイ | パン ミートソーススパゲティ コンソメスープ アスパラサラダ みかんヨーグルト |
| 3時 | 抹茶浮き島 | 鬼まんじゅう | | 蒸しパン | エクレア | オレンジゼリー | 栗ぜんざい |
| 夕食 | ご飯 魚(シイラ)の西京焼き きゅうりの酢の物 がんもの含め煮 白桃缶 | ご飯 えび団子と白菜の煮つけ アスパラのクルミ和え なすのみそ炒め キウイ | ご飯 豚肉のポン酢炒め セロリのゴマ和え 里芋の中華風煮 オレンジ | ご飯 秋野菜の洋風卵焼き もやしの磯和え 小松菜の煮浸し みかん缶 | ご飯 めばるの幽庵焼き ピーマンの和え物 さつま芋の小豆煮 りんご | ご飯 豆腐のカレー炒め トマトとわかめのドレッシング和え 冬瓜煮 白桃缶 | ご飯 豚肉の柳川風煮 カリフラワーの甘酢和え キャベツの中華炒め 柿 |



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和6年11月 献立表



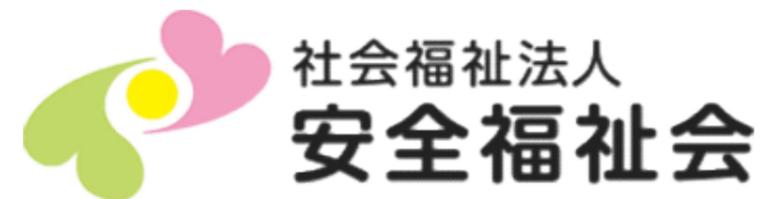
| | 8 | 9 | 10 | 11【昼食選択日】 | 12 | 13 | 14 |
|----|---|--|---|--|---|--|---|
| | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| 朝食 | カルシウムご飯 味噌汁 温泉卵 牛乳 桜漬け | カルシウムご飯 味噌汁 高野豆腐煮 牛乳 高野豆腐煮 | カルシウムご飯 味噌汁 大根のべっこう煮 牛乳 しば漬け | カルシウムご飯 味噌汁 さつま芋の昆布煮 牛乳 青かつぱ | カルシウムご飯 味噌汁 白菜のコンソメ煮 牛乳 梅びしお | カルシウムご飯 味噌汁 干びょう煮 牛乳 野沢菜漬け | カルシウムご飯 味噌汁 ほうれん草と鮭炒め 牛乳 たくあん漬け |
| 昼食 | ご飯 赤魚の塩焼き ほうれん草のお浸し 五目大豆煮 バナナ | 炊き込みご飯 鶏の山椒焼き もずく和え 里芋のりまぶし パイン缶 | ご飯 かに玉あんかけ なすの辛子和え 小松菜とハムの炒め物 りんご | ご飯 ①サバの煮つけ ②味噌カツ もやしナムル セロリソテー みかん缶 | ご飯 厚揚げと野菜の生姜炒め ブロッコリーのツナドレッシング和え 冬瓜のホタテあんかけ 黄桃缶 | ゆずいなり寿司 卵とじうどん ピーマンとゴマ和え オレンジ | ご飯 豚キムチ アスパラのマヨネーズ和え ぜんまい煮 白桃缶 |
| 3時 | ミルクもち | お好み焼き | | あんまん | シフォンケーキ | パンプティング | チョコムース |
| 夕食 | ご飯 さつま芋コロッケ レタスの和風サラダ はんぺん煮 黄桃缶 | ご飯 魚(メルルーサ)のレモン蒸し パプリカのおかか和え 金時豆の甘煮 オレンジ | ご飯 牛肉のゴマだれ焼き タラモサラダ 舞茸のしぐれ煮 白桃缶 | ご飯 えびの中華風煮 アスパラのピーナッツ和え 炒り豆腐 キウイ | ご飯 鶏肉のとろろがけ いんげんの中華和え 五目金平 バナナ | ご飯 鱈のムニエル かぼちゃサラダ あげ天の煮浸し パイン缶 | わかめご飯 おでん きゅうりと麩の酢の物 きのこソテー りんご |



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和6年11月 献立表



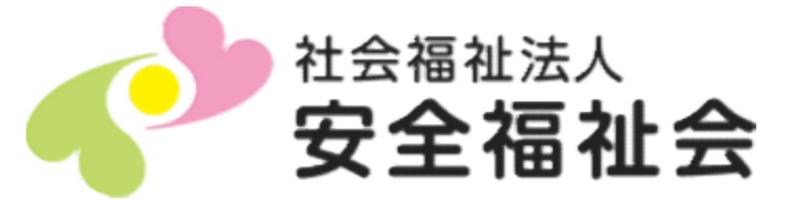
| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
|----|---|--|--|--|--|---|---|
| | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| 朝食 | カルシウムご飯 味噌汁 カリフラワーのベーコン煮 牛乳 たいみそ | カルシウムご飯 味噌汁 ひじきの炒り煮 牛乳 桜漬け | カルシウムご飯 味噌汁 ピーマンの中華炒め 牛乳 ゆずみそ | カルシウムご飯 味噌汁 ごぼうの卵とじ 牛乳 しば漬け | カルシウムご飯 味噌汁 南瓜の含め煮 牛乳 野沢菜漬け | カルシウムご飯 味噌汁 アスパラソテー 牛乳 のり佃煮 | カルシウムご飯 味噌汁 なすの煮浸し 牛乳 青かつぱ |
| 昼食 | チキンカレー 海藻サラダ エビカツ 福神漬け デザートムース(ぶどう) | ご飯 カレイの蒲焼き いんげんの酢味噌和え 煮奴 バナナ | オムライス コーンスープ 切干大根のサラダ 抹茶ゼリー | ご飯 チーズハンバーグ レタスとトマトのサラダ ジャーマンポテト りんご | 梅としらすの混ぜご飯 きつねそば 青梗菜のなめたけ和え キウイ | ご飯 ぶり大根 いんげんの昆布和え 里芋のカニあんかけ みかん | ご飯 豚肉の塩だれ炒め もやしのわさび和え さつま芋のゴマ煮 バナナ |
| 3時 | 紅葉まんじゅう | ロールケーキ | | スイートポテト | ババロア | 栗ようかん | チーズケーキ |
| 夕食 | ご飯 牛肉のしぐれ煮 キャベツのゆかり和え 卵の花炒め キウイ | ご飯 野菜のかき揚げ もやしの生姜和え なす煮 黄桃缶 | ご飯 鮭の甘酢あんかけ 小松菜と大豆の和え物 はんぺんの磯焼き オレンジ | ご飯 鶏のバジル焼き 白菜のゆず和え 白花豆の甘煮 パイン缶 | ご飯 豚肉の葱マヨ焼き ブロッコリーのクルミ和え マカロニのトマト煮 白桃缶 | ご飯 蒸し鶏 きのこのポン酢和え キャベツのスープ煮 黄桃缶 | ご飯 鱈のゆかり焼き ほうれん草の白和え 玉ねぎと桜エビの塩炒め パイン缶 |



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和6年11月 献立表



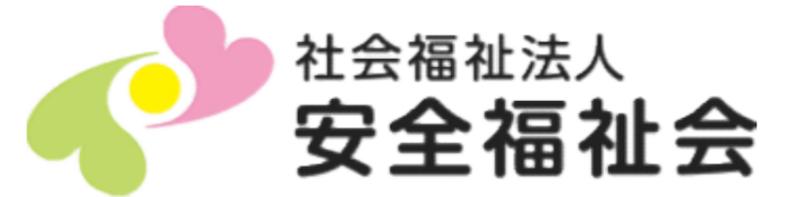
| | 22【昼食選択日】 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
|----|---|--|--|--|--|--|--|
| | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 |
| 朝食 | カルシウムご飯 味噌汁 冬瓜のくず煮 牛乳 Caふりかけ | カルシウムご飯 味噌汁 舞茸の甘辛炒め 牛乳 たくあん漬け | カルシウムご飯 味噌汁 キャベツと魚肉ソーセージソテー 牛乳 たいみそ | カルシウムご飯 味噌汁 里芋煮 牛乳 野沢菜漬け | カルシウムご飯 味噌汁 ぜんまい煮 牛乳 梅びしお | カルシウムご飯 味噌汁 がんもの含め煮 牛乳 桜漬け | カルシウムご飯 味噌汁 はんぺん煮 牛乳 ゆずみそ |
| 昼食 | ①親子丼 ②牛丼 吸い物 きゅうりの中華和え オレンジ | サンドイッチ かぼちゃのポタージュ ハムサラダ フルーツヨーグルト | ご飯 肉じゃが カリフラワーのマリネ いんげんのバター醤油炒め みかん缶 | 鮭ご飯 味噌ラーメン 蒸しかにしゅうまい 白桃缶 | ご飯 サンマの塩焼き 青梗菜のピーナッツ和え 人参金平 オレンジ | ご飯 豚肉のオイスターソース炒め もやしのゴマ酢和え うずら豆の甘煮 りんご | 海鮮ちらし寿司 吸い物 春菊と白菜のお浸し 筑前煮 柿 |
| 3時 | ワッフル | やわらかおかき | | ココアブラウニー | おはぎ | ホットケーキ | あんドーナツ |
| 夕食 | ご飯 麻婆豆腐 セロリのツナマヨ和え ピーマンのしぐれ煮 黒ゴマプリン | ご飯 太刀魚の蕪蒸し アスパラのタラコ和え 山菜煮 黄桃缶 | ご飯 和風オムレツ 小松菜の海苔和え 大根とあげ天煮 キウイ | ご飯 鶏の五目煮 なすの中華風浸し 厚揚げの生姜炒め バナナ | ご飯 肉団子のクリーム煮 豆腐サラダ ピーマンソテー パイン缶 | さつま芋ご飯 サバのおきな煮 きゅうりのもろみ和え ひじきとごぼうの金平 黄桃缶 | ご飯 厚揚げのそぼろあんかけ ブロッコリーの梅和え 南瓜ソテー みかん缶 |



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和6年11月 献立表



| | 29 | 30 | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|--|--|
| | 金 | 土 | | | | | |
| 朝食 | カルシウムご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 牛乳 しば漬け | カルシウムご飯 味噌汁 糸切昆布煮 牛乳 Caふりかけ | | | | | |
| 昼食 | ご飯 鮭の南部焼き めかぶの酢の物 高野豆腐煮 白桃缶 | ご飯 とり天 レタスと玉ねぎのサラダ パプリカソテー パイン缶 | | | | | |
| 3時 | クレープ | みたらし団子 | | | | | |
| 夕食 | ハヤシライス スパゲティサラダ アスパラとコーンの炒め物 デザートムース(バナナ) | ご飯 魚(ホキ)のもみじ焼き ほうれん草の辛子和え 長いもときのこ煮 オレンジ | | | | | |



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。