

予 定 献 立 表

【 常食 】 の メ ニ ュ ー

26年11月2日 ～ 26年11月8日

※B食を選択された場合＋110円（税込み）を頂きます

		11/2（月）	11/3（火）	11/4（水）	11/5（木）	11/6（金）	11/7（土）	11/8（日）
朝	A （基本）献立	米飯２２０ 味噌汁 五彩豆腐ハンバーグ オクラのごま和え 鰹ふりかけ 牛乳	米飯２２０ 味噌汁 いわしうめ煮 切干大根煮 海苔佃煮 牛乳	米飯２２０ 味噌汁 ふんわり五目 小松菜のお浸し 鯛味噌 牛乳	米飯２２０ 味噌汁 ミートボール チンゲン菜のソテー 卵ふりかけ 牛乳	米飯２２０ 味噌汁 ふんわり角天 春菊とゆばの煮浸し いりこみそ 牛乳	米飯２２０ 味噌汁 和風スクランブル ブロッコリーのごま和え 鮭ふりかけ 牛乳	米飯２２０ 味噌汁 いわしかつお煮 ほうれん草のお浸し 梅びしお 牛乳
	B （特別）献立 110円追加							
昼		米飯２２０ 焼き魚（鯖） 里芋の田楽 もずくのさっぱり和え	米飯２２０ チキングリル 茄子の煮物 菜花の和え物	米飯２２０ 赤魚の味噌焼き 南瓜煮付け オクラポン酢和え	米飯２２０ チキンカツ さつま芋のレモン煮 卵の花和え	米飯２２０ サバの七味焼き 千切り大根の炒め煮 きゅうりの酢の物	米飯２２０ 挽肉と豆のカレー 野菜サラダ ピーチゼリー	米飯２２０ 赤魚の生姜煮 高野豆腐の煮物 大根サラダ
夕	A （基本）献立	米飯２２０ 卵のあんかけ 南瓜煮付け 青梗菜のなめたけ和え 果物	米飯２２０ 揚げ出し豆腐 ポテトサラダ もやしの和え物	米飯２２０ スペイン風オムレツ 冬瓜の煮物 ブロッコリードレッシング和	米飯２２０ アジのけんちん焼き 小松菜の煮浸し 焼きなす生姜醤油かけ	米飯２２０ 豚肉の塩炒め 里芋の煮物 白菜のゆかり和え	米飯２２０ 豆腐の中華あんかけ インゲンのツナソテー キャベツのさっぱり和え	米飯２２０ 卵のお好み焼き風 南瓜煮付け カリフラワーの甘酢和え
	B （特別）献立 110円追加	米飯２２０ スタミナ豆腐 南瓜煮付け 青梗菜のなめたけ和え 果物	米飯２２０ トンテキ ポテトサラダ もやしの和え物	米飯２２０ ハンバーグ 冬瓜の煮物 ブロッコリードレッシング和	米飯２２０ エビと卵の中華炒め 小松菜の煮浸し 焼きなす生姜醤油かけ	米飯２２０ 鱈のチーズ焼き 里芋の煮物 白菜のゆかり和え	米飯２２０ ローストチキン・マスタード インゲンのツナソテー キャベツのさっぱり和え	米飯２２０ チンジャオロース 南瓜煮付け カリフラワーの甘酢和え

予 定 献 立 表

【 常食 】 の メ ニ ュー

26年11月9日 ～ 26年11月15日

※B食を選択された場合＋110円（税込み）を頂きます

		11/9 (月)	11/10 (火)	11/11 (水)	11/12 (木)	11/13 (金)	11/14 (土)	11/15 (日)
朝	A (基本)献立	米飯220 味噌汁 野菜入りとりつくね インゲンのピーナッツ和え 鰹ふりかけ 牛乳	米飯220 味噌汁 ウインナー インゲン菜と油揚げの煮 海苔佃煮 牛乳	米飯220 味噌汁 ふんわり角天 ほうれん草ベーコンソテー 鯛味噌 牛乳	米飯220 味噌汁 海老ボール 小松菜のお浸し 卵ふりかけ 牛乳	米飯220 味噌汁 ふんわり五目 インゲンの和え物 いりこみそ 牛乳	米飯220 味噌汁 チキンボール 春菊とゆばの煮浸し 鮭ふりかけ 牛乳	米飯220 味噌汁 厚焼き卵 菜花の和え物 梅びしお 牛乳
	B (特別)献立 110円追加							
昼		米飯220 回鍋肉 じゃが芋の煮物 オクラの節和え	米飯220 鯖の煮付け 湯豆腐 もやしのバンバンジー	米飯220 豚キムチ 里芋の煮物 ブロッコリーのツナ和え	米飯220 鮭の塩焼き がんもの煮物 春雨サラダ	米飯220 二色丼 千切り大根の炒め煮 青梗菜の和え物	米飯220 白身魚お好み揚げ さつま芋のレモン煮 カリフラワーのゆかり和え	米飯220 タンドリーチキン キャベツのソテー サラダ
夕	A (基本)献立	米飯220 鮭のムニエル ビーフン 菜花のゴマ和え 果物	米飯220 鶏の味噌マヨネーズ焼き キノコの炒め物 卸しとろろ	米飯220 ミートインオムレツ 茄子の煮物 卸し和え 果物	米飯220 鶏肉の青じそ焼き マカロニソテー 白菜の節和え	米飯220 豚肉の焼肉ソース炒め 南瓜煮付け オクラのごま和え	米飯220 三宝菜 冬瓜の煮物 焼きなす生姜ポン酢	米飯220 赤魚の柚庵焼き 金時豆 ほうれん草の白和え
	B (特別)献立 110円追加	米飯220 揚げ出し豆腐 ビーフン 菜花のゴマ和え 果物	米飯220 シイラのムニエル キノコの炒め物 卸しとろろ	米飯220 鶏チリ 茄子の煮物 卸し和え 果物	米飯220 カレーのクリームソース マカロニソテー 白菜の節和え	米飯220 鯖の竜田揚げ 南瓜煮付け オクラのごま和え	米飯220 エビと厚揚げの中華炒め 冬瓜の煮物 焼きなす生姜ポン酢	米飯220 牛肉と茸炒めおろしポン酢 金時豆 ほうれん草の白和え

予 定 献 立 表

【 常食 】 の メ ニ ュ ー

26年11月16日 ～ 26年11月22日

※B食を選択された場合＋110円（税込み）を頂きます

		11/16 (月)	11/17 (火)	11/18 (水)	11/19 (木)	11/20 (金)	11/21 (土)	11/22 (日)
朝	A (基本)献立	米飯220 味噌汁 五彩豆腐ハンバーグ オクラのごま和え 鰯ふりかけ 牛乳	米飯220 味噌汁 いわしうめ煮 切干大根煮 海苔佃煮 牛乳	米飯220 味噌汁 ふんわり五目 小松菜のお浸し 鯛味噌 牛乳	米飯220 味噌汁 ミートボール チンゲン菜のソテー 卵ふりかけ 牛乳	米飯220 味噌汁 ふんわり角天 春菊とゆばの煮浸し いりこみそ 牛乳	米飯220 味噌汁 和風スクランブル ブロッコリーのごま和え 鮭ふりかけ 牛乳	米飯220 味噌汁 いわしかつお煮 ほうれん草のお浸し 梅びしお 牛乳
	B (特別)献立 110円追加							
昼		米飯220 鯖のやくみのせ(温) 里芋の田楽 インゲンのピーナッツ和え	米飯220 鶏の照り焼き 金平ごぼう 卵の花和え	米飯220 カレイの煮付け がんもの煮物 ほうれん草のごま和え	米飯220 八宝菜 ブロッコリーの胡麻和え 杏仁豆腐	米飯220 赤魚の野菜あんかけ 湯豆腐 白菜のゆかり和え	米飯220 カレー ツナサラダ コーヒーゼリー	米飯220 ヒレカツ かぶの煮物 海藻酢物
夕	A (基本)献立	米飯220 ミートローフ もやしの煮浸し 青梗菜のなめたけ和え	米飯220 肉豆腐 なすの揚げ浸し カリフラワーの甘酢和え	米飯220 鶏の味噌漬け焼き インゲンのツナソテー 春雨の酢の物 果物	米飯220 白身魚の焼き南蛮漬け 冬瓜のそぼろあん もやしの和え物	米飯220 鶏のトマトソースがけ キャベツのソテー マカロニサラダ	米飯220 アジの朝鮮焼 南瓜煮付け 焼きなす	米飯220 ブリの照焼き 大豆の煮物 オクラのごま和え
	B (特別)献立 110円追加	米飯220 あじの蒲焼き もやしの煮浸し 青梗菜のなめたけ和え	米飯220 フライ盛り合わせ(アジとエビ) なすの揚げ浸し カリフラワーの甘酢和え	米飯220 白身魚のタルタル焼き インゲンのツナソテー 春雨の酢の物 果物	米飯220 ゆず胡椒ささみフライ 冬瓜のそぼろあん もやしの和え物	米飯220 エビのチリソース キャベツのソテー マカロニサラダ	米飯220 鶏の照り焼き 南瓜煮付け 焼きなす	米飯220 豚肉の醤油もろみ焼き 大豆の煮物 オクラのごま和え