

献立一覧表

2021年11月 [常食]

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)
朝食	ご飯 みそ汁(えのき) 里芋の煮物 なすの辛子和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(白菜) 牛肉入り金平ごぼう アスパラの胡桃あえ ジョア(ブレーン)	ご飯 みそ汁(キャベツ) 肉団子の煮物 ほうれん草のゆず和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(春菊) いわしの甘露煮 カリフラワーの和えもの ジョア(ストロベリー)	ご飯 みそ汁(南瓜) がんと野菜の煮物 カブの梅あえ ヤクルト	ご飯 みそ汁(じゃがいも) 海老つみれの煮物 納豆 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(なめこ) 車麩の卵とじ ブロッコリーの塩昆布和え ヤクルト
昼食	小豆ご飯 みそ汁(わかめ・ねぎ) さわらの梅肉焼き れんこんの炒り煮 洋なし缶	ご飯 すまし汁(卵・みつば) 豚の細切り炒め 卵の花 キウイ	ご飯 コンソメスープ(絹・ピーマン) 鶏肉のカレーソースかけ 筍のバター醤油炒め フルーツカクテル缶	ご飯 おでん ひじきと野菜ソテー 白菜の漬物 みかん缶	ご飯 すまし汁(とろろ昆布・ねぎ) 鶏肉の酒蒸し 里芋のごま味噌煮 水菜とキャベツのおかか和え	ご飯 すまし汁(花ふ・貝割れ) ブリ大根 にら玉 いんげんのたらこマヨネーズ和え	キーマカレー スープ(ほうれん草・コン) スパゲティサラダ マンゴープリン
昼間食	ぼたぼた焼き	ワッフル	ライチゼリー	宝船おやき	やわらかおかき(のり塩)	安納芋バウムクーヘン	雪の宿(せんべい)
夕食	ご飯 みそ汁(豆腐) 豚ニラ炒め 切干大根煮 白菜のゆかり和え	ご飯 みそ汁(玉ねぎ) さばの味噌煮 きゃべつ煮 胡瓜の酢の物	ご飯 中華スープ(玉ねぎ) かに玉あんかけ チンゲン菜の煮浸し なすの生姜和え	ご飯 すまし汁(はんぺん) カレイの煮つけ カブと油揚げ煮 もやしのしそ和え	ご飯 みそ汁(なめこ) 白身魚の中華風味焼き 春雨のソテー おくらと油揚げの胡麻和え	ご飯 わかめスープ(わかめ・ねぎ) 牛肉と玉ねぎのすき煮 冬瓜のえびあんかけ 小松菜のわさび和え	ご飯 みそ汁(オクラ) カレイの山椒焼き れんこんのおかか煮 蒸し鶏とキャベツの葱だれあえ
	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)	14 (日)
朝食	ご飯 みそ汁(麩) ウィンナーと野菜のソテー 鮭のおろし和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(もやし) チキンボールの煮物 カリフラワーの梅和え ジョア(ブレーン)	ご飯 みそ汁(しめじ) 高野豆腐の煮物 白菜のザーサイ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(玉葱) ちくわの甘辛煮 春菊のピーナツ和え ジョア(ストロベリー)	ご飯 みそ汁(里芋) 五目煮 いんげんの胡麻和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(かぶ) 彩ふわとろエッグ 白菜の甘酢和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁(揚げ) 肉じゃが 和風コールスローサラダ ヤクルト
昼食	ご飯 みそ汁(白菜・葉) 鶏肉のくわ焼き 南瓜の煮物 みかん	ご飯 みそ汁(豆腐・わかめ) かれいのキムチマヨ焼き 豚肉ともやしの甘辛醤油炒め フルーチェ	ご飯 みそ汁(あさり・ねぎ) とんかつ 里芋とさつま揚げの煮物 もやしのかに風味サラダ	ご飯 清汁(はんぺん・水菜) 鮭のハーブ焼き 鶏肉と大豆の炒り煮 洋なし缶	とろろそば 牛肉コロッケ もやしときゅうりの和え物 いちごゼリー	ご飯 みそ汁(しめじ・油揚げ) 白身魚の和風あんかけ さつま芋のそぼろ煮 みかん缶	ご飯 中華スープ(ピーマン・ねぎ) 酢豚風 春雨サラダ りんご缶
昼間食	ピーチゼリー	今川焼(カスタード)	バナナ蒸しケーキ	かぼちゃパバロア	バウムクーヘン	エクレーア	サラダせんべい
夕食	ご飯 スープ(冬瓜) 揚げ豆腐の野菜あんかけ 大学芋 春菊のごまあえ	ご飯 みそ汁(なす) 親子煮 ツナとピーマンの炒めもの ちんげん菜の辛子和え	ご飯 すまし汁(麩) ホキの煮つけ 卵の花 いんげんのごま味噌あえ	ご飯 みそ汁(菜の花) 豚肉のスタミナ炒め 小松菜の煮浸し かぶの酒粕マヨネーズあえ	ご飯 すまし汁(なめこ) さわらの塩麹焼き 大根とあさりの塩煮 ごぼうサラダ	ご飯 みそ汁(麩) 鶏肉の香味焼き れんこんのみそ煮 春菊のお浸し	ご飯 みそ汁(南瓜) 鱈のバター醤油焼き 湯豆腐 おくらのおかか和え
	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)	21 (日)
朝食	ご飯 みそ汁(おくら) はんぺんの煮物 胡瓜のごふ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(麩) 卵とほうれん草の甘辛ソテー おろし納豆 ジョア(ブレーン)	ご飯 みそ汁(小松菜) 里芋とえびの煮物 オクラのかつお梅 ヤクルト	ご飯 みそ汁(冬瓜) 魚肉と野菜の炒めもの 錦糸和え ジョア(ストロベリー)	ご飯 みそ汁(玉ねぎ) じゃが芋のそぼろ煮 キャベツのツナ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(かぶ) 舞茸豆腐の煮物 とろろ ヨーグルト	ご飯 みそ汁(冬瓜) チンゲン菜と鶏肉の塩炒め 春菊のしらす和え ヤクルト
昼食	たけのご飯 みそ汁(里芋・キヌサヤ) 赤魚の西京焼き 茶碗蒸し キウイ	ご飯 みそ汁(白菜・椎茸) 牛皿 ハとビーマンの味噌炒め もやしの酢の物	ご飯 清汁(あさり・ねぎ) サワラの香味野菜蒸し しめじと豆苗の炒めナムル 抹茶ようかん	きのごはん みそ汁(ごぼう・人参) 秋の行楽メニュー 野菜天ぷら さんまの生姜煮 みかん	ご飯 みそ汁(大根・葉) 豚肉とピーマンの千切り炒め 根菜の煮なます 柿	ご飯 すまし汁(卵・ねぎ) 油淋鶏 さつま芋のいとこ煮 洋なし缶	ご飯 中華スープ(わかめ・ねぎ) タラのチリソース煮 かに焼売と水餃子 キウイ
昼間食	クレープ(いちご)	ミニたいやき	サラダせんべい	和栗のパウンドケーキ	パウンドケーキ(チーズ)	ケーキ	いちごシュークリーム
夕食	ご飯 みそ汁(玉ねぎ) 鶏の治部煮 茄子とえびのマヨ炒め アスパラのさっぱり和え	ご飯 すまし汁(えのき) ブリの照り焼き 根菜の炒り煮 いんげんのしそ和え	ご飯 すまし汁(はんぺん) チキンピカタ なすの揚げ浸し 白菜のゆかり和え	ご飯 すまし汁(とろろ昆布) ぎせい豆腐 切干大根煮 マカロニサラダ	ご飯 みそ汁(なめこ) アジのしょうが焼き 五目煮 中華サラダ	ご飯 すまし汁(青梗菜) 塩麹焼きさば ぜんまいの煮物 アスパラの洋風お浸し	ご飯 みそ汁(もやし) 千草焼き じゃが芋とウィンナーのソテー いんげんの柚子胡椒和え
	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)	28 (日)
朝食	ご飯 みそ汁(花ふ) ひじきソテー 小松菜のくるみ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(まいたけ) チーズオムレツ カブのマリネサラダ ジョア(ブレーン)	ご飯 みそ汁(白菜) 厚揚げの煮物 なめ茸和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(なす) ピーマンソテー 酢の物 ジョア(ストロベリー) さくら漬	ご飯 みそ汁(さつま芋) 野菜つみれの煮 大根のゆかりあえ ヤクルト	ご飯 みそ汁(もやし) 肉詰めいなりの煮物 きゃべつとザーサイ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁(なめこ) ツナと野菜炒め かぶのゆず胡椒あえ ヤクルト
昼食	ご飯 みそ汁(大根・葉) 和風ミートローフ ごぼうと貝柱のサラダ パイ缶	ご飯 すまし汁(はんぺん・みつば) さけの竜田揚げ 金平大根 黄桃缶	ロールパン クリームシチュー コブサラダ マンゴー	ご飯 スープ(青梗菜・人参) 麻婆豆腐 はるまき りんご缶	ご飯 みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) あじの蒲焼風 えびシュウマイ オレンジ	スパゲッティナポリタン スープ(マッシュルーム・キャベツ) ブロッコリーとハムサラダ フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁(舞茸・絹さや) 鶏肉と野菜の黒酢炒め いんげんと油揚げの煮物 里芋のたらこ和え
昼間食	コーヒーゼリー	黒糖まんじゅう	かつぱえびせん	栗ようかん	金時芋まんじゅう	レモンケーキ	抹茶ミルクプリン
夕食	ご飯 すまし汁(なめこ) カレイのパン粉焼き パプリカとハムソテー バジル風味ポテトサラダ	ご飯 みそ汁(里芋) 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 白和え	ご飯 みそ汁(かぶ) えびチャンプル カリフラワーのマヨネーズ焼き ちんげん菜の辛子和え	ご飯 すまし汁(花ふ) さわらの沢煮 ひじきの煮物 ほうれん草のお浸し	ご飯 スープ(キヌサヤ) 豚肉と舞茸のオイスター炒め 金平ごぼう いんげんの生姜和え	ご飯 すまし汁(はんぺん) 豆腐と海老の中華煮 アスパラのソテー ごぼうのごま味噌あえ	ご飯 みそ汁(冬瓜) さんまの塩焼き 車麩としめじの煮物 カリフラワーのピリ辛漬
	29 (月)	30 (火)					
朝食	ご飯 みそ汁(青梗菜) はんぺんの煮物 春菊のくるみ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(麩) かぼちゃのふわふわ豆腐 菜の花のゴマ和え ジョア(ブレーン)					
昼食	ご飯 すまし汁(豆腐・ねぎ) 鮭のチャンチャン焼き風 豚肉とほうれん草のおろし煮 白桃缶	ご飯 みそ汁(なめこ・万能) 鶏の塩から揚げ 切干大根の煮物 みかん缶					
昼間食	小倉あんパイ	紅茶ケーキ					
夕食	ご飯 スープ(玉ねぎ) スパニッシュオムレツ グリル野菜のトマト煮 アスパラのおかかマヨ和え	ご飯 すまし汁(はんぺん) ホキの味噌マヨ焼き 豚肉入り金平 酢の物					

【特別養護老人ホームカメラ・ショートステイカメラ】

*都合により献立を変更することがあります。

*都合により献立を変更することがあります。