

献立一覧表

2023年11月 [常食]

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝食				ご飯 みそ汁 はんぺんの野菜煮物 菜の花のしらす和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 ベーコンと小松菜のソテー なめ茸おろし ジョア	ご飯 みそ汁 切り干しの炒り煮 オクラのおかか和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 竹輪の煮物 カリフラワーのサラダ ヤクルト
昼食				青じそご飯 みそ汁 五目卵焼き キャベツの和風サラダ マンゴー缶	ポークカレーライス コンソメスープ いんげんのサラダ みかん缶	ご飯 みそ汁 白身魚の韓国焼き ほうれん草のナムル りんごヨーグルト	パン パンプキンスープ 豚肉とエリンギのソテー なすのチーズ焼き パイ缶
おやつ				パンケーキ	水ようかん	ショコラブチケーキ	ミニたい焼き
夕食				ご飯 コーンポタージュ 白身魚のオーロラソース焼き カリフラワーのスープ煮 南瓜のサラダ	ご飯 すまし汁 家常豆腐 じゃがいもの磯辺焼き ブロッコリーの和風和え	ご飯 中華スープ 卵と春雨の炒め物 シュウマイ 春菊ののり和え	ご飯 みそ汁 ぶりの煮つけ 豆腐のかに風味あんかけ キャベツのからし和え
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	ご飯 みそ汁 チーズ入りスクランブル 白菜のサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 かぼちゃのそぼろあんかけ ブロッコリーのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 なすのドレッシングかけ ヤクルト	ご飯 みそ汁 アスパラと鶏の和風炒め スパゲティーサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 ポイルウイナー もやしのごまドレッシング ヨーグルト	ご飯 みそ汁 炒り豆腐 小松菜のゆかり和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ 人参サラダ ジョア
昼食	ご飯 すまし汁 松風焼 オクラのポン酢和え 黄桃缶	ご飯 みそ汁 サバのみりん焼き ひじきの炒め煮 みかん	ご飯 中華スープ 揚げ鶏の南蛮漬け 大根の炒り煮 パイ缶	ちゃんぽん麺 ふきと里芋の煮物 チンゲン菜のわさび和え 白桃缶	ご飯 コンソメスープ イタリアンオムレツ ほうれん草の和え物 フルーツカクテル缶	キノコとごぼうの炊き込みご飯 すまし汁、サバの焼き浸し さつま芋の小倉煮 春菊としいたけのごま和え 青りんごゼリー	ご飯 すまし汁 和風あんかけハンバーグ ビーフン炒め 和梨缶
おやつ	コーヒーゼリー	抹茶パンケーキ	バームクーヘン	杏仁豆腐	チョコパン	かっぱえびせん	いちごムース
夕食	ご飯 みそ汁 つみれとレンコンの煮物 小松菜の炒め物 トマトと玉ねぎのサラダ	ご飯 中華スープ 酢鶏 冬瓜の煮物 ほうれん草の中華和え	ご飯 みそ汁 白身魚の香り蒸し 肉団子とさつま芋の甘辛煮 オクラのおかか和え	ご飯 すまし汁 豆腐の肉みそかけ さつま揚げの炒り煮 いんげんのごま和え	ご飯 みそ汁 豚肉となすの甘辛煮 竹輪入り金平ごぼう 白菜のお浸し	ご飯 みそ汁 鶏肉の中華風照り焼き カリフラワーの中華炒め わかめと春雨の酢の物	ご飯 すまし汁 豚肉と野菜のカレーソテー 切り干し大根の煮物 マカロニサラダ
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	ご飯 みそ汁 高野豆腐のそぼろあんかけ いんげんのピーナッツ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 じゃがいもの煮物 納豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁 オムレツ かぶのサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 揚げボールの煮物 いんげんのお浸し ヨーグルト	ご飯 みそ汁 さつま揚げと野菜の炒め物 じゃがいものサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 なすの炒り煮 カリフラワーのおかか和え ジョア	ご飯 みそ汁 ブロッコリーの炒め物 白菜の和風サラダ ヨーグルト
昼食	ご飯 コンソメスープ タラのソテーマトソース カリフラワーとチーズサラダ みかん缶	親子丼 みそ汁 小松菜の和え物 フルーツカクテル缶	ご飯 すまし汁 揚げ出し豆腐 チンゲン菜のポン酢和え バナナ	ご飯 コンソメスープ 白身魚のバジルソース カリフラワーのソテー 洋梨缶	【愛知県献立】みそカツ丼 すまし汁 名古屋屋ナポリタン ブロッコリーの青じそドレ 練り切り	ご飯 すまし汁 タラのキノコあんかけ 小松菜の煮浸し 黄桃缶	ご飯 みそ汁 擬製豆腐 春菊のごま和え 白桃缶
おやつ	手作りスイートポテトケーキ	きなこパンケーキ	黒糖まんじゅう	オレンジムース	プチシュー	ワッフル	あんパン
夕食	ご飯 みそ汁 鶏肉の塩麹焼き かぶの煮物 ほうれん草としめじの和え物	ご飯 中華スープ 豚肉と野菜の中華炒め 肉団子と春雨の旨煮 中華冷奴	ご飯 みそ汁 白身魚のごまだれ漬け もやしとにらの炒め物 玉ねぎのおかかサラダ	ご飯 みそ汁 豚肉と野菜の旨煮 切り昆布の炒り煮 小松菜のからし和え	ご飯 すまし汁 ぶり大根 チンゲン菜の炒め物 もやしのピーナッツ和え	ご飯 みそ汁 豚肉と南瓜の甘辛煮 キャベツのあさり炒め マカロニサラダ	ご飯 中華スープ えびと卵の塩炒め 春雨の旨煮 オクラのドレッシング和え
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	ご飯 みそ汁 がんもと野菜の煮物 ほうれん草とかにかまのサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 なすとひき肉のソテー もやしのごまドレ和え ジョア	ご飯 みそ汁 ひじきの煮物 納豆 ヨーグルト	ご飯 みそ汁 牛肉のしぐれ煮 カリフラワーのおかか和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 はんぺんと野菜煮物 小松菜のお浸し ジョア	ご飯 みそ汁 ツナ入りスクランブル いんげんとコーンのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 小松菜と油揚げの煮浸し もやしのごま和え ヤクルト
昼食	ご飯 コンソメスープ メンチカツ カリフラワーのドレ和え パイ缶	ご飯 みそ汁 めばるの生姜焼き 牛肉と野菜のみそ炒め 和梨缶	ご飯 中華スープ 豚肉のオイスターソース炒め ブロッコリーのサラダ りんご	ご飯 コンソメスープ タラのパン粉焼き 白菜と人参のサラダ みかん缶	あんかけ高菜チャーハン すまし汁 大根のゆかり和え フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁 鶏肉の旨煮 チンゲン菜とあさりの炒め物 ヨーグルトフルーツソース	ご飯 中華スープ 白身魚のチリソース風 ビーフン炒め パイ缶
おやつ	バナナババロア	ミニたい焼き	コーヒロール	プチケーキ	ぶどうゼリー	ブッセケーキ	ピーナッツパン
夕食	ご飯 みそ汁 五目豆腐煮 ウイナーの野菜炒め トマトとわかめのポン酢和え	ご飯 中華スープ 肉団子の酢豚風 中華旨煮 春雨の中華サラダ	ご飯 みそ汁 サバのバター醤油風味焼き 車麩の煮物 かぶの梅和え	ご飯 みそ汁 鶏肉のはちみつ照り焼き 里芋の含め煮 なめ茸おろし	ご飯 みそ汁 生揚げの卵とじ いんげんの炒め物 オクラのポン酢和え	ご飯 中華スープ 白身魚の中華風照り焼き なすの生姜煮 キャベツの中華ドレ和え	ご飯 コンソメスープ クリームシチュー 大根のバター醤油炒め ブロッコリーとツナのサラダ
	26	27	28	29	30		
朝食	ご飯 みそ汁 かぼちゃの煮物 いんげんの磯和え ジョア	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 キャベツと竹輪の和え物 ヨーグルト	ご飯 みそ汁 がんもとかぶの煮物 小松菜の土佐和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 鶏肉となすの煮物 セロリともやしのサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 しらすと野菜の炒め物 かぶのサラダ ヨーグルト		
昼食	ご飯 みそ汁 鶏肉のさらさ蒸し なすとピーマンの甘辛炒め 黄桃缶	ゆずの香りそば(温) 豚肉とチンゲン菜の炒め物 きゅうりとかにかまの酢の物 みかん缶	ご飯 みそ汁 めばるの塩麹焼き 里芋のベーコンソテー 白桃缶	ご飯 すまし汁 ふくさ卵焼き 春雨サラダ 和梨缶	ご飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き れんこんと竹輪の炒め煮 黄桃缶		
おやつ	マンゴープリン	やわらかおかき	まんじゅう	バームクーヘン	チョコパン		
夕食	ご飯 すまし汁 白身魚のゆずみそ焼き きのこのソテー オクラのお浸し	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 大学芋 もやしの甘酢和え	ご飯 みそ汁 豚肉の生姜炒め つみれの薄くず煮 カリフラワーのマリネ	ご飯 みそ汁 ますの蒲焼き 白菜とさつま揚げの煮浸し 金時煮豆	ご飯 すまし汁 豆腐ステーキ明太ソース 南瓜とベーコンのソテー ブロッコリーのごま和え		

【特別養護老人ホームカメリア・ショートステイカメリア】

*都合により献立を変更することがあります。