

令和6年11月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

					11月1日(金)	11月2日(土)		
朝食	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> *旬の食材* さんま・鮭・春菊・大根・蓮根・かぶ 白菜・さつまいも・里芋・みかん・柿 ◆食の記念日◆ 11日(月) 鮭の日 </div>						御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 里芋サラダ バナナ 牛乳
昼食							赤飯 すきやき風煮 吸物 オクラのとろろ和え 甘酒	御飯 鯖の味噌煮 吸物 かくや和え
間							どら焼き	ストロベリータルト
夕食							御飯 太刀魚の山椒焼き 味噌汁 ぬた和え	御飯 蒸し鶏の梅肉ソースかけ 吸物 ごま和え
	11月3日(日)	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)	11月9日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン バイドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳	
昼食	御飯 牛肉のオイスターソース炒め スープ さつまいもと昆布の煮物	フレンチトースト ブラウンシチュー スパサラダ	雑穀御飯 煮魚 吸物 甘酢生姜和え	御飯 鮭のたらも焼き たまごのコンソメスープ トマトサラダ	御飯 豚肉と茄子のさっぱり炒め 蓮根のすり流し汁 春菊のおかか和え	里芋と挽肉のカレー サラダ バナナベリーヨーグルト 福神漬	牛とじ丼 わかめスープ フルーツ杏仁	
間	ラブレ	黒糖饅頭	黒棒	ミルミル	バームクーヘン	ととやき	野菜生活	
夕食	御飯 ホッケのみりん焼き 味噌汁 梅サラダ	御飯 ホキのねぎボン酢かけ スープ 茄子の味噌炒め	御飯 卵しゅうまい 味噌汁 小松菜と白菜の煮浸し	御飯 鶏の塩麹炒め スープ もずく酢	御飯 焼き魚のなめ茸おろしのせ 吸物 かぼちゃの旨煮	御飯 カレーのオーロラ焼き コンソメスープ 甘夏サラダ	御飯 塩サバ 味噌汁 なめこみぞれ煮奴	
	11月10日(日)	◆11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)	11月16日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三日大豆 ふりかけ	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 しば漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳	
昼食	御飯 赤魚のおろし煮 吸物 鶏ごぼう金平	鮭と青菜の混ぜごはん 焼き豆腐の帆立あんかけ 吸物 里芋サラダ	御飯 鯖の幽庵焼き 吸物 白和え	焼きそば たまごスープ マカロニサラダ ヨーグルト	御飯 チーズハンバーグ コンソメスープ ポテトサラダ	生姜ごはん サバの味噌煮 茶碗蒸し 山芋のなめ茸和え	御飯 鶏のおろし玉葱炒め 吸物 キャベツとりんごのサラダ	
間	もみじ饅頭	ラブレ	丸ボーロ	焼きプリンタルト	ジョア	カスタードケーキ	クリームブッセ	
夕食	御飯 ポークケチャップ 味噌汁 白菜のツナボン酢和え	御飯 すり身団子と白菜の煮物 豆乳味噌汁 塩昆布和え	御飯 里芋のパン粉焼き スープ サラダ	御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 大豆とひじきの煮物	御飯 煮魚 あおさの味噌汁 大根と厚揚げの煮物	御飯 キーマカレー サラダ フルーチェ 福神漬	御飯 ホッケの白醤油焼き 吸物 なめこみぞれ煮奴	
	11月17日(日)	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	
昼食	御飯 赤魚のピリ辛ごま煮 味噌汁 ひじき入り卵焼き	御飯 ホッケの辛子味噌焼き 吸物 甘夏の酢の物	御飯 サバの香味焼き 味噌汁 おからサラダ	サンドイッチ ミネストローネ サラダ	御飯 カレーのバター醤油焼き コーンスープ スナップエンドウのソテー	梅おかかごはん 筑前煮 吸物 三色なます	御飯 麻婆豆腐 中華スープ 春雨のオイマヨサラダ	
間	ラブレ	原宿ドッグ	もみじ饅頭	りんごジュース	クリームコンフェ	ワッフル	ラブレ	
夕食	御飯 牛肉と茄子のボン酢炒め スープ 小松菜の辛子和え	御飯 鶏肉と大根の煮物 吸物 ほうれん草とえびの卵とじ	御飯 おでん 味噌汁 もずくのだし和え	御飯 煮魚 味噌汁 かぶの浅漬け	御飯 鶏挽肉の味噌つくね焼き 吸物 さつまいもサラダ	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 味噌汁 オクラと山芋のボン酢和え	御飯 ホキの塩麹焼き 味噌汁 深山和え	
	11月24日(日)	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三日大豆 ふりかけ	パン 卵とブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 しば漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳	
昼食	御飯 鮭の石狩風煮 とろろスープ 煮豆	御飯 煮魚 吸物 卵豆腐のあおさあんかけ	ビーフカレー のりサラダ プリンアラモード 福神漬	御飯 鮭の味噌チーズ焼き かぶのポターージュ サラダ	御飯 鶏肉とさつまいもの甘辛煮 吸物 辛子酢味噌和え	御飯 赤魚のおろし煮 吸物 糸こんのじゃこ炒め	御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物 甘夏サラダ	
間	丸ボーロ	黒棒	気になる野菜	カエデの実	ミルミル	バームクーヘン	ワッフル	
夕食	御飯 豚肉と大豆のトマト煮 スープ 呉豆腐	御飯 カットハンバーグ 味噌汁 浅漬け	御飯 エビチリ春雨 スープ オクラのチキンサラダ	御飯 五目柳川風 味噌汁 甘酢生姜和え	御飯 鯖のマスタードマヨ焼き かぶの味噌汁 山芋と厚揚げの白煮	御飯 牛肉と茄子のタレ炒め たまごスープ 辛子和え	御飯 ホキのねぎ醤油焼き 吸物 スナップエンドウのソテー	