

令和2年 11 月分

# 献立表

## (昼食)



日	曜日	メニュー	おやつ	日	曜日	メニュー	おやつ
1	日	定休日		17	火	御飯、蓮根とえび団子のくずあんかけ、吸物、白菜のゆず和え、	ととやき
2	月	赤飯、鶏肉と栗の煮物、吸物、柿なます、甘酒	どら焼き	18	水	赤飯、ホッケの梅酒煮、吸物、ほうれん草の土佐酢和え、デザート	野菜生活
3	火	御飯、ブリの照り焼き、吸物、根菜のツナ金平、	リンゴジュース	19	木	御飯、蒸し鶏のきのこあんかけ、さつま汁、かぶの煮物、	南瓜饅頭
4	水	御飯、ホキの中華蒸し、とろ玉スープ、チンゲン菜のナムル、デザート	ラブレ	20	金	ラーメン、焼き餃子、ブロッコリーの酢の物、杏仁豆腐、	原宿ドッグ
5	木	ポークカレー、シーザーサラダ、りんごのコンポート、らっきょう漬、	焼きプリンタルト	21	土	御飯、赤魚のおろし煮、あおさの味噌汁、チンゲン菜のソース炒め、	気になる野菜
6	金	御飯、サバの生姜煮、吸物、春菊のお浸し、ヨーグルト	ジョア	22	日	定休日	
7	土	生姜ごはん、鮭の竜田焼き、ほうとう風、大根のくず煮、	もみじ饅頭	23	月	ねぎとろユッケ丼、吸物、白菜のレモン和え、ゼリー、	カスタードケーキ
8	日	定休日		24	火	御飯、豚肉と大根の中華煮、吸物、ほうれん草の生姜酢和え、	ラブミープラス
9	月	サンドイッチ、クリームシチュー、トマトとアボガドのサラダ、ヨーグルト、	みかんジュース	25	水	ロールサンド、ブラウンシチュー、ツナサラダ、ヨーグルト、	ラブレ
10	火	御飯、鶏の甘酢照り煮、吸物、さつまいもの昆布煮、	ラブレ	26	木	御飯、カレイのムニエル、南瓜と人参のスープ、エビのサラダ、	クリームコンフェ
11	水	高菜チャーハン、中華スープ、かぶの甘酢漬、フルーツのクリームチーズあえ、	すいととぼてと	27	金	御飯、きのこハンバーグ、蓮根のすり流し汁、山芋のなめたけ和え、	オレンジジュース
12	木	御飯、揚げ里芋の麻婆あんかけ、吸物、春菊の白和え、	ヤクルトファイブ	28	土	里芋と昆布の炊き込みごはん、鮭の酒粕煮、茶碗蒸し、オクラのおかか和え、	リンゴジュース
13	金	麦ごはん、サバの塩焼き、豚汁、とろろ、	クリームコンフェ	29	日	定休日	
14	土	御飯、豚肉の生姜炒め、吸物、チンゲン菜のわさび和え、	ショコラブッセ	30	月	御飯、ひじき入りつくね焼き、吸物、卵豆腐のあおさあんかけ、	焼きドーナツ
15	日	定休日					
16	月	御飯、牛肉の赤ワイン煮、豆乳味噌汁、ポテトサラダ、	ラブレ				

☆食の記念日☆ 11日：チーズの日 17日：蓮根の日

