

令和4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 | 火 | 赤飯、スズキの塩焼き、茶そば汁、大根の炒め煮、甘酒 | どら焼き | 17 | 木 | 御飯、塩サバ、蓮根のすり流し汁、白和え、◆れんこんの日◆ | カスタードケーキ |
| 2 | 水 | 御飯、鶏チリ、生姜スープ、バンサンスー、 | ストロベリータルト | 18 | 金 | 御飯、チーズハンバーグ、コンソメスープ、ポテトサラダ、 | パンケーキ |
| 3 | 木 | さつま芋ごはん、サバの煮付け、吸物、辛子酢味噌和え、 | 黒糖饅頭 | 19 | 土 | 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、 | ラブレ |
| 4 | 金 | 御飯、豚肉と茄子のさっぱり炒め、吸物、オクラのとろろ和え、 | 飲むヨーグルト | 20 | 日 | 休苑日 | |
| 5 | 土 | 御飯、白身魚の味噌煮、吸物、かくや和え、 | カスタードケーキ | 21 | 月 | 御飯、友禅蒸し、吸物、甘夏の酢の物、 | クリームコンフェ |
| 6 | 日 | 休苑日 | | 22 | 火 | 御飯、茄子の挽肉挟み揚げ、スープ、かくや和え、 | 飲むヨーグルト |
| 7 | 月 | フレンチトースト、ブラウンシチュー、スパサラダ、 | ラブレ | 23 | 水 | サンドイッチ、ミネストローネ、ツナサラダ、 | もみじ饅頭 |
| 8 | 火 | 雑穀御飯、煮魚、吸物、甘酢生姜和え、 | 焼きドーナツ | 24 | 木 | 梅おかかごはん、筑前煮、吸物、三色なます、◆鯉節の日◆ | ワッフル |
| 9 | 水 | 御飯、白身魚のオリーブオイル焼き、たまごのコンソメスープ、里芋のたらもサラダ、 | バームクーヘン | 25 | 金 | 御飯、カレイのバター醤油焼き、コーンスープ、スナップエンドウのソテー、 | ラブレ |
| 10 | 木 | キーマカレー、サラダ、フルーツヨーグルト、らっきょう、 | ミルミル | 26 | 土 | ビーフカレー、のりサラダ、プリンアラモード、福神漬、 | カエデの実 |
| 11 | 金 | 御飯、鮭の味噌チーズ焼き、吸物、トマトサラダ、◆鮭の日◆ | カエデの実 | 27 | 日 | 休苑日 | |
| 12 | 土 | 生姜ごはん、すきやき風煮、茶碗蒸し、ぬた和え、 | もみじ饅頭 | 28 | 月 | 御飯、煮魚、吸物、卵豆腐のあおさあんかけ、 | 気になる野菜 |
| 13 | 日 | 休苑日 | | 29 | 火 | 御飯、五目柳川風、吸物、もずく酢、 | 原宿ドッグ |
| 14 | 月 | ビビンバ丼、わかめスープ、フルーツ杏仁、 | いちごクレープ | 30 | 水 | 御飯、鮭のレモン塩焼き、かぶのポタージュ、サラダ、 | 焼きドーナツ |
| 15 | 火 | 御飯、鯖の幽庵焼き、吸物、山芋の梅なめ茸和え、 | 原宿ドッグ | | | | |
| 16 | 水 | 焼きそば、たまごスープ、マカロニサラダ、 | ジョア | | | | |