

令和5年11月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

			11月1日(水)	11月2日(木)	11月3日(金)	11月4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(土) 鮭の日 17日(金) れんこんの日 24日(金) 鯉節の日 </div>		御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	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			赤飯 サバの煮付け 吸物 辛子酢味噌和え 甘酒	御飯 鶏チリ 生姜スープ バンサンスー	御飯 すきやき風煮 吸物 オクラのとろろ和え	御飯 鯖の味噌煮 吸物 かくや和え			
間			どら焼き	飲むヨーグルト	黒糖饅頭	ストロベリータルト			
夕食			御飯 八宝菜 みぞれ汁 冷奴	御飯 赤魚の南部焼き 吸物 和風ビーフン	御飯 太刀魚の山椒焼き 味噌汁 春菊のおかか和え	御飯 焼き豆腐の帆立あんかけ 吸物 にらの卵とじ			
			11月5日(日)	11月6日(月)	11月7日(火)	11月8日(水)	11月9日(木)	11月10日(金)	◆11月11日(土)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 肉団子と白菜の煮物 たくあん	御飯 味噌汁 肉団子と白菜の煮物 たくあん	御飯 味噌汁 肉団子と白菜の煮物 たくあん	パン 里芋サラダ 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 さつまいものマーレード煮	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 カレイのオリーブオイル焼き たまごのコンソメスープ 里芋サラダ	さつまいもときのこの秋カレー サラダ バナナベリーヨーグルト 福神漬	生姜ごはん 豚肉と茄子のさっぱり炒め 茶碗蒸し ぬた和え	御飯 鯖の味噌チーズ焼き 吸物 トマトサラダ		
間	ラブレ	焼きドーナツ	黒棒	ミルミル	バームクーヘン	ととやき	ととやき	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 カレイのオーロラ焼き コンソメスープ 甘夏サラダ	御飯 カレイのオーロラ焼き コンソメスープ 甘夏サラダ	御飯 カレイのオーロラ焼き コンソメスープ 甘夏サラダ	御飯 蒸し鶏の梅肉ソースかけ 味噌汁 ごま和え
			11月12日(日)	11月13日(月)	11月14日(火)	11月15日(水)	11月16日(木)	◆11月17日(金)	11月18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 バイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	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	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 赤魚のおろし煮 吸物 鶏ごぼう金平	牛とじ丼 わかめスープ フルーツ杏仁	ゆかり御飯 鯖の幽庵焼き 吸物 山芋のなめ茸和え	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	御飯 塩サバ 蓮根のすり流し汁 白和え	御飯 塩サバ 蓮根のすり流し汁 白和え	御飯 塩サバ 蓮根のすり流し汁 白和え	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	カスタードケーキ	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 煮豆	御飯 煮魚 あおさの味噌汁 大根と厚揚げの煮物	御飯 煮魚 あおさの味噌汁 大根と厚揚げの煮物	御飯 煮魚 あおさの味噌汁 大根と厚揚げの煮物	御飯 煮魚 あおさの味噌汁 大根と厚揚げの煮物	御飯 ホッケの白醤油焼き 吸物 なめこみぞれ煮奴
			11月19日(日)	11月20日(月)	11月21日(火)	11月22日(水)	11月23日(木)	◆11月24日(金)	11月25日(土)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン マカロニサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	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 小松菜の辛子和え	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	御飯 梅おかかごはん 筑前煮 吸物 三色なます	御飯 梅おかかごはん 筑前煮 吸物 三色なます	御飯 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	ワッフル	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 ひじき入り卵焼き	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 もずく酢	御飯 煮魚 味噌汁 かぶの浅漬	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 鶏挽肉の味噌つくね焼き 吸物 さつまいもサラダ	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 鶏挽肉の味噌つくね焼き 吸物 さつまいもサラダ	御飯 ホキの塩麹焼き 味噌汁 深山和え
			11月26日(日)	11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)		
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 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬		
昼食	御飯 鮭の石狩風煮 とろろスープ 呉豆腐	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 鮭のレモン塩焼き かぶのポタージュ 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 鶏肉とさつまいもの甘辛煮 吸物 辛子酢味噌和え	御飯 鶏肉とさつまいもの甘辛煮 吸物 辛子酢味噌和え		
間	丸ボーロ	黒棒	気になる野菜	カエデの実	焼きドーナツ	焼きドーナツ	焼きドーナツ		
夕食	御飯 豚肉と大豆のトマト煮 スープ 切干大根のサラダ	御飯 カットハンバーグ 味噌汁 浅漬	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 味噌汁 山芋と厚揚げの白煮	御飯 鯖のマスタードマヨ焼き 味噌汁 山芋と厚揚げの白煮	御飯 鯖のマスタードマヨ焼き 味噌汁 山芋と厚揚げの白煮		