

11月献立表

| 1日(金) | 2日(土) | 5日(火) | 6日(水) | 7日(木) | 8日(金) | 9日(土) | 11日(月) | 12日(火) | 13日(水) | 14日(木) | 15日(金) | 16日(土) |
|--|---|---|--|---|--|--|---|--|---|---|--|--|
| ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート | パン 焼きそば ゆで卵 スープ デザート | わかめご飯 うどん <small>大根のそぼろあんかけ</small> デザート | ご飯 肉じゃが 厚焼き卵 みそ汁 デザート | きのこご飯 <small>ほうれん草のごま和え</small> ぎょうざ おすまし デザート | ご飯 ぶり大根 白菜の和え物 みそ汁 デザート | パン ビーフシチュー ゆで卵 マカロニサラダ デザート | ご飯 <small>銀だらのみりん焼き チンゲン菜のソテー 切り干し大根の炒め煮</small> おすまし デザート | ハヤシライス ソテー スープ デザート | ご飯 柳川風煮 <small>きのこのスパソテー</small> みそ汁 デザート | ご飯 ラーメン ミートボール <small>かぼちゃの煮物</small> デザート | ご飯 西京焼き しゅうまい <small>大根のきんぴら</small> おすまし デザート | パン スパゲティ 鶏のから揚げ スープ デザート |
| 米 メルルーサ 青のり キャベツ 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 青ねぎ 玉ねぎ 人参 みかん 寒天 | ロールパン そば 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 青のり 卵 わかめ 玉ねぎ もやし パセリ 市販ゼリー | 米 わかめ うどん 卵 ほうれん草 うす揚げ 大根 鶏ミンチ 青ねぎ オレンジ | 米 じゃがいも 牛肉 人参 玉ねぎ こんにやく いんげん 卵 ちりめんじゃこ 青ねぎ 豆腐 人参 もやし 青ねぎ かき | 米 しめじ えのき しいたけ 人参 うす揚げ こんにやく 鶏肉 ほうれん草 ごま ぎょうざ 玉ねぎ 人参 ふ 青ねぎ バナナ | 米 ぶり 大根 白菜 卵 わかめ うす揚げ 豆腐 青ねぎ パイン 寒天 | 丸ロールパン ジャム 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも グリーンピース 卵 キャベツ 人参 きゅうり マカロニ 市販ゼリー | 米 銀だら チンゲン菜 人参 切干大根 うす揚げ 人参 豆腐 青ねぎ 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天 | 米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび 卵 キャベツ 玉ねぎ ごま パセリ りんご | 米 豚肉 玉ねぎ ごぼう 人参 卵 スパゲティ しめじ えのき 玉ねぎ 人参 もやし 人参 わかめ 玉ねぎ パイナップル | 米 ごま のり そば もやし 青ねぎ 卵 焼き豚スライス 鶏ミンチ 玉ねぎ かぼちゃ オレンジ みかん 寒天 | 米 ほき 白味噌 しゅうまい 大根 人参 ごま 卵 人参 玉ねぎ ふ 青ねぎ みかん 寒天 | ロールパン スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 人参 わかめ 玉ねぎ パセリ ごま 市販ゼリー |
| 18日(月) | 19日(火) | 20日(水) | 21日(木) | 22日(金) | 25日(月) | 26日(火) | 27日(水) | 28日(木) | 29日(金) | 30日(土) | | |
| ご飯 鱈のみぞれ煮 <small>ほうれん草のお浸し</small> 季節のみそ汁 デザート | 栗ご飯 うどん 炒り豆腐 デザート | 鶏そぼろ丼 ひじきサラダ みそ汁 デザート | ご飯 ポークビーンズ 春雨の酢の物 スープ デザート | ご飯 <small>鮭のちゃんちゃん焼き さといものマヨ和え</small> おすまし デザート | ご飯 鯖の南部焼き <small>チンゲン菜のソテー 切り干し大根のナムル</small> みそ汁 デザート | ご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート | ご飯 <small>煮込みハンバーグ</small> ポテトサラダ スープ デザート | 照り焼き丼 おひたし おすまし デザート | ご飯 マヨネーズ焼き サラダ スープ デザート | パン クリームシチュー 海藻サラダ ゆで卵 デザート | | |
| 米 鱈 大根 青ねぎ ほうれん草 かつおぶし 季節の野菜 具材は当日 のお楽しみ ♪ パイン 寒天 | 米 くり うどん 卵 うす揚げ わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ かき | 米 鶏ミンチ のり 卵 ひじき 人参 コーン 枝豆 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ りんご | 米 豚肉 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 卵 玉ねぎ キャベツ もやし パセリ ごま パイナップル | 米 鮭 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン さといも かつおぶし 青ねぎ そうめん うす揚げ 青ねぎ 黄桃 寒天 | 米 鯖 ごま チンゲン菜 切干大根 人参 きゅうり 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ みかん 寒天 | 米 ゆかり そば 豚肉 いか 白菜 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ バナナ | 米 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ グリーンピース ブロッコリー じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ もやし 人参 わかめ パセリ ごま りんご | 米 鶏肉 卵 ほうれん草 ちりめんじゃこ 大根 青ねぎ 人参 ふ オレンジ | 米 ほき パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし ほうれん草 人参 玉ねぎ ごま パイン 寒天 | 丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび 卵 市販ゼリー | | |

11月献立表

卯除去

| 1日(金) | 2日(土) | 5日(火) | 6日(水) | 7日(木) | 8日(金) | 9日(土) | 11日(月) | 12日(火) | 13日(水) | 14日(木) | 15日(金) | 16日(土) |
|--|---|---|--|---|--|---|---|---|--|--|---|--|
| ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート | パン 焼きそば さつまいもの煮物 スープ デザート | わかめご飯 うどん 大根のそぼろあんかけ デザート | ご飯 肉じゃが 鶏バーグ みそ汁 デザート | きのこご飯 ほうれん草のごま和え 鶏肉のソテー おすまし デザート | ご飯 ぶり大根 白菜の和え物 みそ汁 デザート | パン ビーフシチュー かぼちゃの煮物 マカロニサラダ デザート | ご飯 銀だらのみりん焼き チンゲン菜のソテー 切り干し大根の炒め煮 おすまし デザート | ハヤシライス ソテー スープ デザート | ご飯 煮物 きのこのスパソテー みそ汁 デザート | ご飯 ラーメン ミートボール かぼちゃの煮物 デザート | ご飯 西京焼き しゅうまい 大根のきんぴら おすまし デザート | パン スパゲティ 鶏のから揚げ スープ デザート |
| 米 メルルーサ 青のり キャベツ 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 青ねぎ 玉ねぎ 人参 みかん 寒天 | ロールパン そば 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 青のり さつまいも わかめ 玉ねぎ もやし パセリ 市販ゼリー | 米 わかめ うどん コーン ほうれん草 うす揚げ 大根 鶏ミンチ 青ねぎ オレンジ | 米 じゃがいも 牛肉 人参 玉ねぎ こんにやく いんげん 鶏ミンチ ちりめんじゃこ 青ねぎ 豆腐 人参 もやし 青ねぎ かき | 米 しめじ えのき しいたけ 人参 うす揚げ こんにやく 鶏肉 ほうれん草 ごま 鶏肉 玉ねぎ 人参 ふ 青ねぎ バナナ | 米 ぶり 大根 白菜 コーン わかめ うす揚げ 豆腐 青ねぎ パイン 寒天 | 丸ロールパン ジャム 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも グリーンピース かぼちゃ キャベツ 人参 きゅうり マカロニ 市販ゼリー | 米 銀だら チンゲン菜 人参 切干大根 うす揚げ 人参 豆腐 青ねぎ 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天 | 米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび キャベツ 玉ねぎ ごま パセリ りんご | 米 豚肉 玉ねぎ ごぼう 人参 スパゲティ しめじ えのき 玉ねぎ 人参 もやし 人参 わかめ 玉ねぎ パイナップル | 米 ゆかり そば もやし 青ねぎ コーン 焼き豚スライス 鶏ミンチ 玉ねぎ かぼちゃ オレンジ みかん 寒天 | 米 ほき 白味噌 しゅうまい 大根 人参 ごま 人参 玉ねぎ ふ 青ねぎ みかん 寒天 | ロールパン スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 人参 わかめ 玉ねぎ パセリ ごま 市販ゼリー |
| 18日(月) | 19日(火) | 20日(水) | 21日(木) | 22日(金) | 25日(月) | 26日(火) | 27日(水) | 28日(木) | 29日(金) | 30日(土) | | |
| ご飯 鱈のみぞれ煮 ほうれん草のお浸し 季節のみそ汁 デザート | 栗ご飯 うどん 炒り豆腐 デザート | 鶏そぼろ丼 ひじきサラダ みそ汁 デザート | ご飯 ポークビーンズ 春雨の酢の物 スープ デザート | ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き さといもの和え物 おすまし デザート | ご飯 鯖の南部焼き チンゲン菜のソテー 切り干し大根のナムル みそ汁 デザート | ご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート | ご飯 煮込みハンバーグ ポテトサラダ スープ デザート | 照り焼き丼 おひたし おすまし デザート | ご飯 ほきの塩焼き サラダ スープ デザート | パン クリームシチュー 海藻サラダ かぼちゃの煮物 デザート | | |
| 米 鱈 大根 青ねぎ ほうれん草 かつおぶし 季節の野菜 具材は当日 のお楽しみ ♪ パイン 寒天 | 米 くり うどん コーン うす揚げ わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ かき | 米 鶏ミンチ のり コーン ひじき 人参 コーン 枝豆 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ りんご | 米 豚肉 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ キャベツ もやし パセリ ごま パイナップル | 米 鮭 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン さといも かつおぶし 青ねぎ そうめん うす揚げ 青ねぎ 黄桃 寒天 | 米 鯖 ごま チンゲン菜 切干大根 人参 きゅうり 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ みかん 寒天 | 米 ゆかり そば 豚肉 いか 白菜 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ バナナ | 米 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ グリーンピース ブロッコリー じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ もやし 人参 わかめ パセリ ごま りんご | 米 鶏肉 コーン ほうれん草 ちりめんじゃこ 大根 青ねぎ 人参 ふ オレンジ | 米 ほき ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし ほうれん草 人参 玉ねぎ ごま パイン 寒天 | 丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび かぼちゃ 市販ゼリー | | |

11月献立表

肉・肉エキス除去

| 1日(金) | 2日(土) | 5日(火) | 6日(水) | 7日(木) | 8日(金) | 9日(土) | 11日(月) | 12日(火) | 13日(水) | 14日(木) | 15日(金) | 16日(土) |
|--|--|---|---|--|--|---|--|--|---|---|--|--|
| ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート | パン 塩焼きそば ゆで卵 おすまし デザート | わかめご飯 うどん 大根のあんかけ デザート | ご飯 じゃが煮 厚焼き卵 みそ汁 デザート | きのこご飯 ほうれん草のごま和え さつまいもの煮物 おすまし デザート | ご飯 ぶり大根 白菜の和え物 みそ汁 デザート | パン 煮物 マカロニサラダ おすまし デザート | ご飯 銀だらのみりん焼き チンゲン菜のソテー 切り干し大根の炒め煮 おすまし デザート | ご飯 煮物 ソテー おすまし デザート | ご飯 柳川風煮 きのこのスパソテー みそ汁 デザート | ご飯 和風そば 厚揚げの煮物 かぼちゃの煮物 デザート | ご飯 西京焼き さつまいもの煮物 大根のきんぴら おすまし デザート | パン スパゲティ ゆで卵 おすまし デザート |
| 米 メルルーサ 青のり キャベツ 春雨 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 青ねぎ 玉ねぎ 人参 みかん 寒天 | ロールパン そば 人参 玉ねぎ キャベツ 青のり 卵 わかめ 玉ねぎ もやし 市販ゼリー | 米 わかめ うどん 卵 ほうれん草 うす揚げ 大根 青ねぎ オレンジ | 米 じゃがいも 人参 玉ねぎ こんにやく いんげん 卵 ちりめんじゃこ 青ねぎ 豆腐 人参 もやし 青ねぎ かき | 米 しめじ えのき しいたけ 人参 うす揚げ こんにやく ほうれん草 ごま さつまいも 玉ねぎ 人参 ふ 青ねぎ バナナ | 米 ぶり 大根 白菜 卵 わかめ うす揚げ 豆腐 青ねぎ パイン 寒天 | 丸ロールパン ジャム 玉ねぎ 人参 じゃがいも グリーンピース キャベツ 人参 きゅうり マカロニ ほうれん草 玉ねぎ 市販ゼリー | 米 銀だら チンゲン菜 人参 切干大根 うす揚げ 人参 豆腐 青ねぎ 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天 | 米 厚揚げ 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび 卵 キャベツ 玉ねぎ りんご | 米 玉ねぎ ごぼう 人参 卵 スパゲティ しめじ えのき 玉ねぎ 人参 もやし 人参 わかめ 玉ねぎ パイナップル | 米 ゆかり そば もやし 青ねぎ 卵 厚揚げ かぼちゃ オレンジ 人参 玉ねぎ ふ 青ねぎ みかん 寒天 | 米 ほき 白味噌 さつまいも 大根 人参 ごま 卵 人参 玉ねぎ ふ 青ねぎ みかん 寒天 | ロールパン スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 卵 人参 わかめ 玉ねぎ 市販ゼリー |
| 18日(月) | 19日(火) | 20日(水) | 21日(木) | 22日(金) | 25日(月) | 26日(火) | 27日(水) | 28日(木) | 29日(金) | 30日(土) | | |
| ご飯 鰯のみぞれ煮 ほうれん草のお浸し 季節のみそ汁 デザート | 栗ご飯 うどん 炒り豆腐 デザート | 魚そぼろ丼 ひじきサラダ みそ汁 デザート | ご飯 鯖の塩焼き 春雨の酢の物 おすまし デザート | ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き さといものマヨ和え おすまし デザート | ご飯 鯖の南部焼き チンゲン菜のソテー 切り干し大根のナムル みそ汁 デザート | ご飯 和風ちゃんぽん かぼちゃの煮物 デザート | ご飯 魚のケチャップソース ポテトサラダ おすまし デザート | 照り焼き丼 おひたし おすまし デザート | ご飯 マヨネーズ焼き サラダ おすまし デザート | ご飯 煮物 海藻サラダ ゆで卵 デザート | | |
| 米 鰯 大根 青ねぎ ほうれん草 かつおぶし 季節の野菜 具材は当日 のお楽しみ ♪ パイン 寒天 | 米 くり うどん 卵 うす揚げ わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ かき | 米 ほきのり 卵 ひじき 人参 コーン 枝豆 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ りんご | 米 鯖 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 卵 玉ねぎ キャベツ もやし パイナップル | 米 鮭 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン さといも かつおぶし 青ねぎ そうめん うす揚げ 青ねぎ 黄桃 寒天 | 米 鯖 ごま チンゲン菜 切干大根 人参 きゅうり 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ みかん 寒天 | 米 ゆかり そば いか 白菜 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ かぼちゃ バナナ | 米 メルルーサ グリーンピース ブロッコリー じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ もやし 人参 わかめ りんご | 米 鯖 卵 ほうれん草 ちりめんじゃこ 大根 青ねぎ 人参 ふ オレンジ | 米 ほき パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし ほうれん草 人参 玉ねぎ パイン 寒天 | 丸ロールパン ジャム じゃがいも 人参 玉ねぎ グリーンピース わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび 卵 市販ゼリー | | |