

11月の予定メニュー表

		朝	昼	夕
1	日	目玉焼きとベーコン ひじき煮 バナナ ごはん 味噌汁	塩焼きそば 餃子スープ フルーツ	ポークソテーおろしソース ハムサラダフライ 金平ごぼう ごはん 味噌汁
2	月	鯖の塩焼き 竹輪と筍の煮物 青菜ときのご和え ごはん 味噌汁	レストラン昼メニュー	ブルコギ チーズ餃子 ごはん 味噌汁 フルーツ
3	火	クロワッサン ハム&スクランブルエッグ サラダ コーヒー牛乳	鶏からあげ丼 きのこナムル 味噌汁	鮭の生姜焼き 柿なます 松茸ごはん 鶏だしスープ 抹茶ようかん
4	水	豚バラ大根 きゃべつ明太昆布和え ごはん 味噌汁	レストラン昼メニュー	白身魚のチリソース 冷奴 蒸し鶏ときゃべつの梅めんつゆ和え ごはん 春雨スープ
5	木	塩バターロール チキンナゲット サラダ スープ		ポークシチュー ミニハンバーグ さつま芋サラダ ごはん
6	金	ウインナーソテー 厚焼玉子 オクラおかか和え ごはん 味噌汁		海鮮中華煮 青菜ののりごま和え ごはん 豚汁 ゼリー
7	土	ピザトースト コブサラダ 牛乳	牛丼 ジャコサラダ シューアイス	揚げ鶏のゆずおろしのせ 里芋のそぼろ煮 キムチ納豆 ごはん 味噌汁
8	日	ツナ野菜炒め 肉団子 高菜漬け ごはん 味噌汁	焼きカレー グリルチキン ヨーグルト	ポークステーキ オムレツ イカと青菜のバター炒め ごはん トマトスープ
9	月	蒸し鶏の胡麻めんつゆ和え かぶとカニカマ青じそ和え ごはん 味噌汁	レストラン昼メニュー	さばの竜田揚げ 鶏ももの味噌炒め とろろ ごはん すまし汁
10	火	シナモンロール チキンピカタ サラダ コーヒー牛乳		鶏肉のゆずこしょう焼 春巻き ごぼうとレンコンの金平 ごはん 味噌汁
11	水	巣ごもり玉子 ししゃも じゃが芋の甘辛 ごはん 味噌汁		ぶり大根 メンチカツ ごはん 味噌汁 ベリーケーキ
12	木	ごまおさつロール ウインナーソテーケチャップ炒め サラダ コーンスープ		牛肉オイスターソース炒め 湯豆腐 めかぶオクラ和え ごはん スープ
13	金	ハムカツ 切干大根煮 青菜のドレッシングかけ ごはん 味噌汁		タラの塩鍋風 竹輪の磯辺揚げ 鶏ごぼうごはん 味噌汁 フルーツ
14	土	アップルデニッシュ ミートオムレツ サラダ 牛乳	豚バラ蒲焼丼 大学芋 味噌汁	ブラックラーメン 野菜炒め&煮卵 ごはん
15	日	焼売 ニラ玉 長芋のゆかり和え ごはん 味噌汁	ロコモコ丼 サラダ クラムチャウダー	ひれかつ おでん スパゲティサラダ ごはん 味噌汁

11月の予定メニュー表

		朝	昼	夕
16	月	つくね串 厚焼玉子 きのこ炒め煮 ごはん 味噌汁	レストラン昼メニュー	赤魚の煮付け 豆腐カツ わかめごはん 味噌汁 わらびもち
17	火	クロワッサン ベーコン&スクランブルエッグ サラダ コーヒー牛乳		テリマヨチキン イカとお芋の煮物 スナップえんどうとしらすの和え物 ごはん 味噌汁
18	水	豚肉とがんと煮 ねばねば和え 昆布の佃煮 ごはん 味噌汁		エビフライ 青菜と油揚げの甘味噌和え ごはん 味噌汁 キャラメルケーキ
19	木	焼きそばパン サラダ スープ		回鍋肉 たこの唐揚げ 中華くらげ和え ごはん もずくスープ
20	金	ししゃも唐揚げ 青菜の塩炒め きゃらぶき ごはん 味噌汁		鶏すき焼き風温玉添え 酢の物 ごはん 味噌汁 フルーツ
21	土	チーズトースト ハム&ゆで玉子 サラダ 牛乳	チキンピラフ クリームコロッケ スープ	さわらの西京焼き 炒り豆腐 いもの天ぷら そばろごはん 味噌汁
22	日	豆腐ハンバーグ 筍の土佐煮 とろろ ごはん 味噌汁	中華丼 舞茸と豆腐のふんわり蒸し 味噌汁	タンドリーチキン きのこガーリック炒 ゴロゴロ野菜と玉子の辛子マヨ和え ごはん スープ
23	月	鮭の塩焼き ウイナーソテー 煮豆 ごはん 味噌汁	昔ながらのオムライス レモン風味チキン スープ	豚肉のスタミナ炒め しらすおろし厚揚げ 五目ひじき ごはん 味噌汁
24	火	コーンパン ほうれん草オムレツ サラダ コーヒー牛乳	稲庭うどん セルフトッピング 青菜のしょつつる和え	だし風味鶏天 茶わん蒸し ごはん しじみ汁 大判焼
25	水	三色しのだ巻き 厚焼玉子 ブロッコリーのお浸し ごはん 味噌汁	クリームシチュー ほうれん草ソテー ごはん又はパン フルーツ白玉	テリヤキハンバーグ カレー風味マカロニサラダ ピリ辛枝豆 ごはん 味噌汁
26	木	ロールパン コロッケ サラダ スープ	親子丼 味噌汁 ミニどらやき	麻婆豆腐 甘酢肉団子 わかめナムル ごはん カルビスープ
27	金	玉子とじ しらすおろし きゃべつとたくわんの和え物 ごはん 味噌汁	レストラン昼メニュー	白身魚のエスカベッシュ ミニチキンカツ ごはん スープ フルーツ
28	土	チーズパン グリルチキン サラダ 牛乳	えび天丼 なすの煮浸し すまし汁	ゆで豚肉と温野菜のボン酢だれ 白滝のたらこ炒め ごはん 味噌汁 ごま団子
29	日	いわしの梅煮 温泉卵 田楽 ごはん 味噌汁	ナポリタン バケット フルーツ	ステーキ 冬野菜の煮物 浅漬け ごはん 具沢山味噌汁
30	月	ミニハンバーグ もやしとハムの炒 わさび菜のお浸し ごはん 味噌汁	レストラン昼メニュー	さばの味噌煮 ちくわマヨネーズ焼 いんげん佃煮風 ごはん 豚肉と青菜の和風スープ