

2024年 11月

献立表



	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)	11月1日(金)	11月2日(土)
朝食	青菜粥 レンコン金平 オクラのなめたけ和え 味噌汁 	ごはん 南瓜煮 しろ菜のお浸し 味噌汁	クリームエスカルゴ スパナポリタン フルーツ リンゴジュース	ごはん じゃが芋そぼろ煮 春菊胡麻和え 味噌汁 	梅粥 金時豆佃煮 青菜のコーン和え 味噌汁	黒糖ロール マカロニサラダ フルーツ 牛乳	ごはん 出し巻き玉子 ほうれん草の生姜和え 味噌汁 
昼食	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 菜の花の炒め煮 春雨中華 味噌汁	ごはん 豚肉のオイマヨ炒め 大根の煮物 じゃこサラダ スープ 	ハヤシライス ブロッコリーソテー ゼリー 漬物	ごはん コロッケ がんもの煮物 ピーマンのおかか和え 味噌汁	ハロウィン献立 オムライス ブロッコリーサラダ かぼちゃのコンソメスープ 	ごはん 豚肉の焼肉炒め 里芋煮っころがし しろ菜の湯葉和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のから揚げ れんこんの甘辛煮 菜の花の和え物 スープ 
夕食	ごはん サワラの幽庵焼き 高野の含め煮 インゲンの和風マヨ和え 味噌汁 	ごはん ふくさ卵 ミートボール 青菜の梅肉和え 味噌汁	ごはん チキンソテー オーロリスがけ ひじき煮 インゲンのわさび和え スープ	ごはん あじの胡麻焼き ちくわの含め煮 小松菜の紅海老和え 味噌汁 	ごはん 鶏のきのこ煮 ごぼうの甘辛炒め チンゲン菜のポン酢和え 味噌汁	ごはん かれいの梅醤油焼き 冬瓜の和風あんかけ アスパラの和風マヨ和え 味噌汁 	ごはん おでん ピーマンのじゃこ和え 味噌汁

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

2024年 11月

献立表



	11月3日(日)	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)	11月9日(土)
朝食	玉子粥 金時豆佃煮 しろ菜の塩昆布和え 味噌汁 	ごはん ミートボール 青菜の紅エビ和え 味噌汁	イエローロール ほうれん草のソテー フルーツ オレンジジュース	ごはん ひじき煮 菜の花のおかか和え 味噌汁 	青菜粥 里芋煮 春菊のコーン和え 味噌汁	黒糖ロール マカロニサラダ フルーツ 牛乳	ごはん チンゲン菜の炒め物 豆の佃煮 味噌汁 
昼食	ふりかけごはん 柚子そば 茄子の煮浸し 	ごはん 鶏の天ぷら がんもの含め煮 オクラの和え物 味噌汁 	ごはん さわらの胡麻味噌焼き 南瓜煮 白菜の甘酢和え 清汁	カレーライス コールスローサラダ ゼリー 漬物	ごはん 《ご当地グルメ》 味噌カツ 切干大根煮 アスパラツナ和え 清汁 	ちらし寿司 さつま揚げの煮物 清汁	ごはん あじの竜田揚げ レンコンの山椒煮 オクラのなめたけ和え 味噌汁 
夕食	ごはん たらの野菜あんかけ ちくわ磯辺炒め ブロッコリーサラダ 味噌汁 	ごはん 豚肉のポン酢炒め しろふき大根 チンゲン菜のカニ風味和え 清汁	ごはん 豆腐ハンバーグ ピーマンの炒め物 インゲンのおろし和え スープ	ごはん 鶏肉の和風きのこあんかけ 和風スパソテー 小松菜の青じそ風味 味噌汁 	ごはん かれいのパン粉焼き カリフラワーのソテー しろ菜のドレ和え スープ	ごはん 親子煮 ビーフンの炒め物 ピーマンのお浸し 味噌汁 	ごはん 豚肉のすき煮 大根金平 もずく酢 味噌汁

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

2024年 11月

献立表



	11月10日(日)	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)	11月16日(土)
朝食	梅粥 ひじき煮 菜の花のコーン和え 味噌汁 	ごはん 金時豆佃煮 チンゲン菜錦糸和え 味噌汁	イエローロール 南瓜サラダ フルーツ リンゴジュース	ごはん 白菜の炒め煮 湯葉と昆布の彩り和え 味噌汁 	青菜粥 レンコン金平 菜の花の和え物 味噌汁	黒糖ロール 小松菜のツナソテー フルーツ 牛乳	ごはん 切干大根煮 チンゲン菜の生姜和え 味噌汁 
昼食	ピラフ コロッケ スープ	ごはん 鶏肉の味噌炒め 白菜煮浸し マカロニサラダ 清汁 	ふりかけご飯 にゅう麺 インゲンの炒め物	玉子どんぶり ブロッコリー和風ツナ和え 清汁	ごはん 豆腐の肉味噌あんかけ もやしの炒め物 じゃこおろし 清汁 	ごはん ミンチカツ ひじき煮 ブロッコリーのゆず風味 味噌汁	ごはん 白身魚のピカタ ピーマンソテー 白菜サラダ スープ 
夕食	ごはん ポパイオムレツ かぼちゃのソテー ごぼうサラダ 味噌汁 	ごはん たらの甘酢あん 厚揚げ煮 ブロッコリー胡麻和え 赤だし	ごはん 回鍋肉風炒め 大根の中華あんかけ 小松菜の梅おかかか 和え スープ	ごはん あじの南部焼き 若竹煮 オクラのわさび和え 味噌汁 	ごはん 豚肉と野菜の和風炒め シューマイ ほうれん草の青じそ風味和え 味噌汁	ごはん さわらの塩焼き 高野の玉子とじ インゲンのお浸し 味噌汁 	ごはん お好み焼き 青菜のポン酢和え 味噌汁

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

2024年 11月

献立表



	11月17日(日)	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)
朝食	玉子粥 じゃが芋そぼろ煮 ほうれん草お浸し 味噌汁 	ごはん レンコン金平 青菜の土佐和え 味噌汁	イエローロール マカロニサラダ フルーツ オレンジジュース	ごはん 切干大根煮 春菊の和え物 味噌汁 	梅粥 豆昆布佃煮 小松菜のなめたけ和え 味噌汁	黒糖ロール 菜の花のソテー フルーツ 牛乳	ごはん 里芋煮 ほうれん草の紅エビ和え 味噌汁 
昼食	ごはん 鶏肉の山椒焼き 里芋田楽 菜の花の辛子和え 清汁	ごはん 白身魚フライ スパゲティソテー ごぼうサラダ スープ 	ごはん 蒸し鶏の胡麻ソース 南瓜のうま煮 玉子豆腐 スープ	ハヤシライス ストップ えんどうサラダ ゼリー 漬物	ごはん チキンカツとし ピーマンのソテー キャベツの和風サラダ 味噌汁 	ごはん 照焼きハンバーグ マカロニナポリタン オクラの塩昆布和え スープ	ぶりかけご飯 味噌ラーメン キャベツの海苔和え 
夕食	ごはん 肉団子と野菜の和風煮 炒り豆腐 しろ菜のツナ和え 味噌汁 	ごはん ふくさ卵 五目大豆煮 オクラのマヨ和え 味噌汁	ごはん 豚肉のプルコギ炒め ぎょうざの中華煮 春雨の中華和え 味噌汁	ごはん 鯖の塩焼き さつまいもの甘煮 しろ菜のゆず風味 味噌汁 	ごはん 肉豆腐 ごぼうの甘辛炒め 青菜のかにかま和え 味噌汁	ごはん 白身魚の五目あんかけ 厚揚げの甘辛炒め 南瓜サラダ 味噌汁 	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 チンゲン菜の煮浸し 白菜の青じそ風味和え 清汁

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

2024年 11月

献立表



	11月24日(日)	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)
朝食	青菜粥 レンコン金平 菜の花の湯葉和え 味噌汁 	ごはん 金時豆佃煮 小松菜のきのこ和え 味噌汁	イエローロール コールスローサラダ フルーツ オレンジジュース	ごはん ひじき煮 チンゲン菜の和え物 味噌汁 	梅粥 切干大根煮 青菜の胡麻和え 味噌汁	黒糖ロール ミートボール フルーツ 牛乳	ごはん 出し巻き玉子 小松菜のコーン和え 味噌汁 
昼食	ごはん さわらの生姜煮 竹輪のごま炒め 青菜のなめたけ和え 味噌汁	ぶりかけごはん 肉うどん ブロッコリーの青じそ風味和え 	かき揚げ天丼 オクラの梅肉和え 味噌汁	ごはん 豚肉の山椒炒め いとこ煮 マカロニサラダ 味噌汁	ごはん コロッケ がんもの煮物 小松菜の中華和え スープ 	あんかけ湯葉丼 インゲンの塩昆布和え 清汁	ごはん 豚じゃが レンコンのネギ塩炒め 春菊のお浸し 味噌汁 
夕食	ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め 煮奴 スナップエンドウのサラダ 清汁 	ごはん かわいいの野菜蒸し かぼちゃソテー ごぼうサラダ 味噌汁	ごはん 煮込みハンバーグ ビーフソテー きゅうりとワカメのサラダ スープ	ごはん 干草焼き 茄子の炒め物 春菊のポン酢和え 清汁 	ごはん たらの味噌煮 スナップエンドウの炒め物 白菜の錦糸和え 清汁	ごはん タラのコーンマヨ焼き 和風スパソテー しろ菜のおかか和え 味噌汁 	ごはん 棒々鶏 高野の含め煮 ほうれん草のドレ和え 味噌汁

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。