献　　立　　表

常食

							11/1	11/2
朝	A定食						ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 野菜の炒め物(小柱) 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ミネストローネ(ﾁｷﾝ) 果物(バナナ) 牛乳
朝	B定食						ご飯　220g 鶏肉の冶部煮 なす酢味噌和え 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 鰺の塩焼き(80) ｷｬﾍﾞﾂのお浸し 果物(バナナ) 牛乳
昼	A定食						焼きそば エビ焼売② ごぼうサラダ	カレーライス（220g） 野菜のマリネ ヨーグルトデザート
昼	B定食						ご飯　220g メバルの甘酢あんかけ エビ焼売② ごぼうサラダ	ご飯　220g 赤魚の照り煮 野菜のマリネ ヨーグルトデザート
夕	A定食						ご飯　220g 豚カツ 付）パックソース ビーンズサラダ いり豆腐	ご飯　220g 肉豆腐 南瓜いとこ煮 小松菜の土佐和え 清し汁(ﾜｶｷﾞ・ﾊﾝﾍﾟﾝ)
		11/3	11/4	11/5	11/6	11/7	11/8	11/9
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ｼｰﾌｰﾄﾞｸﾞﾗﾀﾝ 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ｽﾊﾟﾆｯｼｭｵﾑﾚﾂ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g･ﾊﾞﾀｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 小柱のクリーム煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｽｰﾌﾟ仕立て 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ｳｲﾝﾅｰと野菜の炒め物 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ﾂﾅとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳
朝	B定食	ご飯　220g 鶏つくね野菜煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g ほっけの塩焼き 70 お浸し（ｵｸﾗ） 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 肉みそ豆腐 いんげんのナムル 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 鶏肉のおろし煮 とろろ芋 付）パック醤油 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 五目あんかけ豆腐 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 高野豆腐の味噌煮 果物(バナナ) 牛乳	ご飯　220g 野菜のそぼろ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　220g ブリの照り焼き(80) 切干大根煮(薩摩揚げ) ゆかり和え（ｷｬﾍﾞﾂ）	ご飯　220g 鶏肉のトマト煮 鍋しぎ 春雨サラダ	ご飯　220g 回鍋肉 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 春巻(50)	ご飯　220g ﾎｷの香味ｿｰｽ(揚) 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	肉うどん めんつゆ(温) 付）七味唐辛子 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	ご飯　220g 黒むつの野菜あん(揚 南瓜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え	ご飯　220g タンドリーチキン さつま芋とりんご煮 ﾌﾟﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)
昼	B定食	ご飯　220g 豚肉と厚揚げの炒め物 切干大根煮(薩摩揚げ) ゆかり和え（ｷｬﾍﾞﾂ）	ご飯　220g 鰺の照り焼き 付）大根おろし 鍋しぎ 春雨サラダ	たらこｸﾘｰﾑｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ クリームソース 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 春巻(50)	ご飯　220g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	ご飯　220g 鮭の香草焼き(80) 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	ご飯　220g 豚肉と木くらげ卵炒め 南瓜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え	ご飯　220g 友禅豆腐 さつま芋とりんご煮 ﾌﾟﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)
夕	A定食	ご飯　220g 鶏肉の竜田揚げ ぜんまいの炒め煮 ﾌﾟﾛｯｺﾘｰのナムル 味噌汁(ﾜｶﾒ･タマネギ)	ご飯　220g メバルの梅焼き 五目豆 南瓜サラダ 清し汁(小松菜・花麩)	ご飯　220g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰ焼 ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ入り) 杏仁豆腐 味噌汁(ﾅｽ・ﾈｷﾞ)	ご飯　220g ミートローフ ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ（マヨ） フルーツ羹(黄桃) 味噌汁(ﾜｶｷﾞ・豆麩)	ご飯　220g 赤魚の西京焼き 牛蒡のしぐれ煮 ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) みたらし団子	ご飯　220g のし鶏 切干大根煮(薩摩揚げ) ﾏﾁｪﾄﾞﾆｱ(ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ)ｷｳｲ 清し汁(ﾈｷﾞ･ｼﾗﾀﾏﾒ)	きのこごはん 鮭の塩焼き(60) 付）大根おろし 付)パック醤油 ぜんまいの炒め煮 あんみつ
		11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ポークビーンズ 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 巣ごもり卵 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 鶏肉のﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 野菜ソテー 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ 卵サラダ 果物(オレンジ) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g･ﾊﾞﾀｰ 鶏肉のクリーム煮 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ハムエッグ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ) 牛乳
朝	B定食	ご飯　220g ほっけの塩焼き 70 いんげんのナムル風 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 厚揚とﾁﾝｹﾞﾝ菜の煮物 果物(バナナ) 牛乳	ご飯　220g 豆腐の卵とじ 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 鰺の塩焼き ﾔｻｲの和え物(ﾓﾔ・ｶｲﾜﾚ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g 土佐納豆 大根の煮物 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g メバルの煮付け ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 鰯つみれの煮物 果物(オレンジ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　220g 鰺の田楽焼き 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)	ご飯　220g 豚肉の生姜炒め ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 白菜とﾍﾞｰｺﾝのソテー	けんちんうどん けんちんつゆ 煮豆(金時豆) 甘酢和え（蕪・葉）	ご飯　220g 黒むつのﾄﾏﾄｿｰｽ(80) ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ レタスサラダ(ﾊﾑ)	ご飯　220g ホキの味噌焼き 里芋の煮物 わさび和え(ｺﾏﾂﾅﾝｼﾞﾝ) ふりかけ（Caｳﾒ）	ご飯　220g 八宝菜 焼売③ 彩りなます	ビビンバ丼（220） 竹輪と牛蒡の金平 フルーツカクテル白玉
昼	B定食	ご飯　220g 鶏肉の磯辺揚げ 付）パック醤油 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)	ご飯　220g 鮭のムニエル ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 白菜とﾍﾞｰｺﾝのソテー	ご飯　220g 鰆の味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き 煮豆(金時豆) 甘酢和え（蕪・葉）	ご飯　220g 豚肉のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ レタスサラダ(ﾊﾑ)	ﾅﾎﾟﾘﾀﾝｽﾊﾟｹﾞﾃｨ 里芋の煮物 わさび和え(ｺﾏﾂﾅﾝﾒｼﾞﾝ)	卵とじきしめん 250 めんつゆ(卵とじ) 焼売③ 彩りなます	ご飯　220g 鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き風 竹輪と牛蒡の金平 フルーツカクテル白玉
夕	A定食	ご飯　220g 豚肉の甘辛焼き(80) ﾋﾞｰﾅｯﾂ和え(小松菜) 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(ﾅﾒｺ･ﾈｷﾞ)	ご飯　220g 栗原はるみさん監修の 煮込みハンバーグ サイコロサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（ｷｬﾍﾞﾂ･ﾀﾏﾈｷ）	ご飯　220g ﾒﾊﾞﾙの和風ｿｰｽ(揚 野菜の甘みそ炒め 長芋とオクラの梅和え チョコプリン	ご飯　220g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 白菜の酢の物 味噌汁(ﾜｶｷﾞ・豆腐)	ご飯　220g 酢豚 野菜の中華和え 胡麻団子(1個) 中華ｽｰﾌﾟ（ﾜｶﾒ・ねぎ）	牛丼（220） 小松菜の和え物 フルーツ羹(みかん) 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･豆腐)	ご飯　220g チキンカツ 付）パックソース 茹なす生姜和え ﾌﾟﾛｯｺﾘｰのエビあん
		11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ 豚しゃぶｻﾗﾀﾞ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 豚肉と野菜のｿﾃｰ 果物(バナナ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ﾐﾈｽﾄﾛｰﾈ(ﾍﾞｰｺﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ハム野菜ソテー 果物(バナナ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮(ﾁｷﾝ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 南瓜と挽き肉のｽｰﾌﾟ煮 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ハムのサラダ 果物(バナナ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）
朝	B定食	ご飯　220g 焼き豆腐の煮物 長芋の和え物 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜) 果物(バナナ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 五目野菜煮 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 和風炒め(ﾑｷｴﾋﾞ) 果物(バナナ) 牛乳	ご飯　220g がんもと野菜の煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g 土佐納豆 大根とちくわの煮物 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g ほっけの塩焼き 70 ｴﾉｷの中華風和え 果物(バナナ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）
昼	A定食	カレーピラフ(220) 花野菜サラダ ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ添え	ご飯　220g ブリの照り焼き(80) さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ･ｼﾝﾒｼﾞ)	栗原はるみさん監修の チキンカレー（220g） ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ（マヨ）	栗原はるみさん監修の ｽﾊﾟｹﾞﾃｨﾐｰﾄｿｰｽ コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	ご飯　220g ﾒﾙﾙｰｻのﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え ふりかけ（Caｳﾒ）	ご飯　220g 鰆のチーズ焼き(80) じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯　220g 牛焼肉 大豆とひじきの煮物 さつま芋ｻﾗﾀﾞ
昼	B定食	ご飯　220g 黒ﾑﾂの香草ﾊﾟﾝ粉焼 花野菜サラダ ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ添え	ご飯　220g 牛肉ﾃﾞﾐｿｰｽ煮込み さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ･ｼﾝﾒｼﾞ)	ご飯　220g 鮭のﾚﾓﾝ焼き ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ（マヨ）	ご飯　220g ｳﾛｺﾏｸﾞﾛの揚げ浸し コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	ご飯　220g 揚げ鶏のあんかけ ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え ふりかけ（Caｳﾒ）	ご飯　220g ﾎﾟｰｸｼﾞｭｰ じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯　220g 秋刀魚の塩焼き(1尾) 付）大根おろし 付）パック醤油 大豆とひじきの煮物 さつま芋ｻﾗﾀﾞ
夕	A定食	ご飯　220g アカウオの塩焼(80) 付）大根おろし 付）パック醤油 切り昆布の煮付け ポン酢和え(ｷｭｳﾘ､ﾄﾏﾄ) 卵ｽｰﾌﾟ	ご飯　220g 鶏肉のマスタード焼き ﾌﾟﾛｯｺﾘｰﾝﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ	ご飯　220g 天ぷら(竹の子) 天つゆ 炒り豆腐 海藻サラダ（ｷｭｳﾘ）	梅しそご飯 鰺の照り煮 甘酢和え(ｷｬﾍﾞﾂ・ﾜｶﾒ) ロールケーキ(抹茶)	ご飯　220g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と卵の和え物 ﾏﾁｪﾄﾞﾆｱ(ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ)ｷｳｲ	行事食献立 お楽しみに！	ご飯　220g ホキの磯辺揚げ 付)パック醤油 金平ごぼう 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(ﾜｶﾒ･タマネギ)
		11/24	11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 果物(キウイ) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g･ﾊﾞﾀｰ 鶏肉と野菜のｺﾝｿﾒ煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ポークビーンズ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ スープ煮(トリ) 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ツナサラダ(ｽｲｰﾄｺｰﾝ) ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ(ｻｳｻﾞﾝ)Pc 果物(キウイ) 牛乳
朝	B定食	ご飯　220g 筑前煮 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g ｲﾜｼつみれの煮物 涼拌三絲 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g メバルの煮付け 煮浸し(ｺﾏﾂﾅ・ﾆﾝｼﾞﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 高野豆腐と里芋の煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g 卵焼(手作り) 麩の煮付 果物(バナナ) 牛乳	ご飯　220g 鮭の塩焼き 50 野菜とちくわの煮物 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 和風ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂ 果物(キウイ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　220g 鰺の梅風味照焼き 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	五目あんかけ焼きそば 焼売③ かぶのナムル	チキンライス ツナサラダ(青じそ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（ｶﾎﾞﾁｬ）	ご飯　220g チンジャオロース 春巻(50) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え ふりかけ（Caｳﾒ）	ご飯　220g 鰺の甘酢あんかけ 茄子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾏﾄ）	ご飯　220g 鶏肉の味噌焼き 厚揚げと青菜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え	ご飯　220g 黒むつのﾄﾏﾄｿｰｽかけ じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅｯﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)
昼	B定食	ご飯　220g 豚肉のﾋﾞｸﾙｽｿｰｽ 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ご飯　220g 鮭の香草焼き(80) 焼売③ かぶのナムル	ご飯　220g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)カレー風味焼 ツナサラダ(青じそ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（ｶﾎﾞﾁｬ）	きつねうどん(250) めんつゆ(温) 付）七味唐辛子 春巻(50) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え	ご飯　220g 豚肉の照り焼 茄子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾏﾄ）	ご飯　220g ﾀﾗの香草ﾊﾟﾝ粉焼 付）パックソース 厚揚げと青菜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え	ご飯　220g チキンソテー じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅｯﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)
夕	A定食	ご飯　220g 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 切干大根の生姜炒め 酢味噌和え(ﾜｶﾒ) チョコプリン	ご飯　220g ビーフシチュー 盛合せｻﾗﾀﾞ(ﾌﾞﾛ･ﾄﾏﾄ) ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ	ご飯　220g 蟹玉 春雨ｻﾗﾀﾞ(ﾑｼﾄﾞﾘ) 杏仁豆腐	ご飯　220g 赤魚の西京焼き 豚肉と大根の炒め物 ポテトサラダ(ﾏﾖ) 味噌汁(ﾜｶｷﾞ・豆麩)	ご飯　220g コロッケ 付）パックソース ｶｸﾃﾙｻﾗﾀﾞ(ﾋﾞｰﾝｽﾞ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｺﾏﾂﾅ・ﾆﾝｼﾞ	ご飯　220g ｳﾛｺﾏｸﾞﾛの竜田揚げ 付）レモン 大豆とひじきの煮物 あんみつ 味噌汁(ﾜｶﾒ･タマネギ)	ご飯　220g 麻婆豆腐 ﾌﾟﾛｯｺﾘｰﾝﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) もやしナムル 中華ｽｰﾌﾟ（卵）

＊ 献立は都合により変更させていただくことがございます。