11月の献立表　2026/11/1～

							1（日）
朝							・チョコづくしパン ・食パン ・フルーツジュース
夜							・ご飯 ・クリームシチュー ・サラダ・バケット ・挽肉と蓮根の甘辛炒め ・お楽しみスイーツ
	2（月）	3（火）	4（水）	5（木）	6（金）	7（土）	8（日）
朝	・ご飯 ・明太子 ・玉子焼き ・サラダ ・茄子のお味噌汁 ・りんご	・フレンチトースト ・食パン ・ウインナー ・サラダ ・コーンスープ ・オレンジ	・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・納豆 ・大根と揚げのお味噌汁 ・梨	・ホットドッグ ・食パン ・コールスローサラダ ・茹で玉子 ・フルーツヨーグルト	・ご飯 ・ウインナー ・目玉焼き ・サラダ ・コンソメスープ ・キウイ	・おにぎり2種 ・フルーツ	・ベーコンエッピ ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・牛スタミナ炒め ・海藻サラダ ・スパゲティサラダ ・なめこのお味噌汁	・ご飯 ・ハンバーグデミソース ・サラダ ・ポテト ・ツナマカロニサラダ ・キャベツとベーコンのスープ	・肉ごぼう天うどん ・かしわごはん ・春雨の酢の物 ・きなこ団子	・ご飯 ・チキン南蛮 ・サラダ ・切干のカレーサラダ ・豚汁	・ご飯 ・豚肉の生姜焼き ・サラダ ・ナポリタン ・根菜のすまし汁	・ご飯 ・チンジャオロース ・エビマヨ ・サラダ ・中華玉子スープ	・ご飯 ・白身魚のムニエル ・サラダ ・チキントマト煮 ・ポトフスープ
	9（月）	10（火）	11（水）	12（木）	13（金）	14（土）	15（日）
朝	・ご飯 ・鮭の塩焼き ・サラダ ・煮玉子 ・麸のお味噌汁 ・りんご	・ワッフル ・食パン ・ハムエッグ ・サラダ ・コンソメスープ ・グレープフルーツ	・ご飯 ・ミートボール ・温泉玉子 ・サラダ ・南瓜のお味噌汁 ・オレンジ	・ホットサンド ・食パン ・コールスローサラダ ・シリアル ・フルーツヨーグルト	・ご飯 ・白身魚の味噌焼き ・サラダ ・玉子焼き ・麸のお味噌汁 ・柿	・おにぎり2種 ・ゼリー	・メロンパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・チーズタッカルビ風 ・チャプチェ ・わかめと玉子のスープ ・ミルクプリン	・ご飯 ・ビーフシチュー ・サラダ・バケット ・ポテトサラダ ・フルーツポンチ	・ご飯 ・ちゃんぽん ・揚げ餃子 ・サラダ	・ご飯 ・スパイシーグリルチキン ・サラダ ・春巻き ・南瓜のお味噌汁	・ご飯 ・鶏つくねバーグきのこあん ・サラダ ・ブロッコリーとツナのマカロニサラダ ・小松菜とベーコンのスープ	・チーズ牛丼 ・サラダ ・胡瓜とわかめの酢の物 ・大根と揚げのお味噌汁	・タコライス ・春雨サラダ ・ベーコンオニオンスープ ・シューアイス

*ようやく寒くなってきましたね。根菜を食べて体をあたため、腸内環境を整えましょう♪

*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。

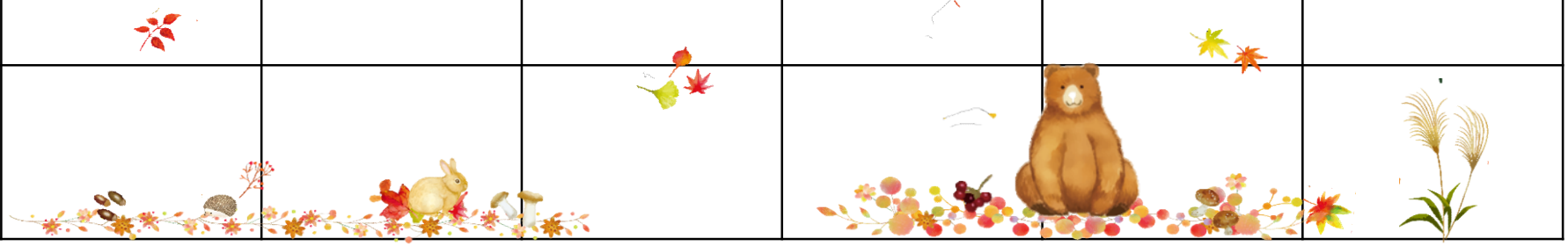
*都合により、内容が変更になることがございます。予めご了承願います。

11月の献立表　　2026/11/16～

	16（月）	17（火）	18（水）	19（木）	20（金）	21（土）	22（日）
朝	・ご飯 ・明太子 ・煮玉子 ・サラダ ・さつま芋のお味噌汁 ・オレンジ	・ココア揚げパン ・食パン ・ハムエッグ ・サラダ ・コーンスープ ・りんご	・ご飯 ・鮭の塩焼き ・サラダ ・茹で玉子 ・茄子のお味噌汁 ・パイナップル	・パンケーキ ・ウインナー ・スクランブルエッグ ・サラダ ・ココア ・バナナ	・ご飯 ・白身魚の味噌焼き ・玉子焼き ・サラダ ・春雨スープ ・キウイ	・おにぎり2種 ・フルーツ	・めんたいフランス ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・白身の大葉フライ・アジフライ ・サラダ ・肉豆腐 ・かきたま汁	・ご飯 ・チキンチーズ照り焼き ・サラダ ・ほうれん草とベーコンの玉子炒め ・クラムチャウダー	・ミートドリア ・サラダ ・ポトフスープ ・フルーツポンチ	・ご飯 ・鯖の味噌煮 ・サラダ ・肉じゃが ・えのきとわかめのすまし汁	・ビビンバ丼 ・チョレギサラダ ・ユッケジャンスープ ・ゼリー	・ご飯 ・トンテキ ・サラダ ・里芋のそぼろあん ・かきたま汁	・ご飯 ・鶏天おろしポン酢 ・サラダ じゃが芋と枝豆のカレー炒め ・なめこのお味噌汁

	23（月）	24（火）	25（水）	26（木）	27（金）	28（土）	29（日）
朝	・ご飯 ・納豆 ・のり ・コールスローサラダ ・ほうれん草のお味噌汁 ・みかん	・フレンチトースト ・食パン ・ウインナー ・スクランブルエッグ ・サラダ ・キウイ	・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・春雨サラダ ・大根と揚げのお味噌汁 ・柿	・ホットドッグ ・食パン ・コールスローサラダ ・茹で玉子 ・ココア	・ご飯 ・ウインナー ・目玉焼き ・サラダ ・コンソメスープ ・オレンジ	・おにぎり2種 ・ゼリー	・焼きチョコリングパン ・食パン ・フルーツジュース
夜	・ご飯 ・スンドゥブチゲスープ ・ヤンニョムチキン ・チョレギサラダ ・フルーツゼリー	・ご飯 ・いわしの梅しそフライ ・サラダ ・筑前煮 ・豆腐とわかめのお味噌汁	・ミートスパゲティ ・きのこのタルティーヌ ・サラダ ・コンソメスープ ・ゼリー	・ご飯 ・豚味噌カツ ・サラダ ・小松菜ときのこのオイスター炒め ・鶏団子と南瓜の豆乳スープ	・ご飯 ・牛すき焼き ・サラダ ・野菜の天ぷら ・じゃが芋のお味噌汁	・ご飯 ・ハヤシライス ・サラダ ・玉子たっぷりポテトサラダ ・ゼリー	・ご飯 ・鶏の竜田揚げ ・サラダ ・小松菜とベーコンのペペロンチーノ ・大根と揚げのお味噌汁 ・きな粉団子

	30（月）						
朝	・ご飯 ・鮭の塩焼き ・サラダ ・麩のお味噌汁 ・煮玉子 ・梨						
夜	・ご飯 ・回鍋肉 ・もやしときゅうりとハムのサラダ ・生姜とオクラの玉子スープ ・ごま団子						



*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。

*都合により、内容が変更になることがございます。予めご了承願います。