

令和3年 11 月分

# 献立表 (昼食)



日	曜日	メニュー	おやつ	日	曜日	メニュー	おやつ
1	月	赤飯、鶏肉と栗の煮物、吸物、柿なます、甘酒	どら焼き	17	水	御飯、蓮根とえびの揚げ団子、豆乳味噌汁、ほうれん草の土佐酢和え、★蓮根の日★	ジョア
2	火	御飯、カレイのとろろ焼き、吸物、大根の炒め煮、	ラブレ	18	木	菜めし、鶏肉と厚揚げの煮物、茶碗蒸し、山芋のわさび和え、	カスタードケーキ
3	水	御飯、煮魚、たまごスープ、焼きビーフン、	ストロベリータルト	19	金	あんかけ焼きそば、餃子、ブロッコリーの中華和え、デザート、	ととやき
4	木	ポークカレー、シーザーサラダ、フルーツヨーグルト、らっきょう漬け、	黒糖饅頭	20	土	御飯、赤魚のおろし煮、あおさの味噌汁、茄子のしそポン酢炒め、	ラブレ
5	金	御飯、鮭のムニエル、コーンスープ、サラダ、	飲むヨーグルト	21	日	休館日	
6	土	生姜ごはん、サバのレモン醤油焼き、ほうとう風、かくや和え、	原宿ドッグ	22	月	スタミナそばろ丼、吸物、ほうれん草のごま酢和え、ラブミープラス、	プリンタルト
7	日	休館日		23	火	御飯、鮭のレモン塩焼き、吸物、スナップエンドウのソテー、	飲むヨーグルト
8	月	麦ごはん、サンマの塩焼き、豚汁、とろろ、	みかんジュース	24	水	フレンチトースト、ブラウンシチュー、ツナサラダ、ヨーグルト、	もみじ饅頭
9	火	御飯、鶏の青じそ炒め、吸物、小松菜のおかか和え、	焼きドーナツ	25	木	御飯、カレイのタルタル焼き、南瓜と人参のスープ、エビのサラダ、	原宿ドッグ
10	水	高菜しらすチャーハン、中華スープ、餃子、デザート、	バームクーヘン	26	金	御飯、和風きのこハンバーグ、蓮根のすり流し汁、山芋の梅なめたけ和え、	南瓜饅頭
11	木	御飯、鮭の塩麹焼き、吸物、こんにゃくサラダ、★鮭の日★	気になる野菜	27	土	ビーフカレー、のりサラダ、オレンジ、らっきょう、	焼きドーナツ
12	金	サンドイッチ、クラムチャウダー、柿のサラダ、ヨーグルト、	カエデの実	28	日	休館日	
13	土	御飯、牛肉の赤ワイン煮、卵とトマトのスープ、りんごとキャベツのサラダ、	もみじ饅頭	29	月	御飯、ひじき入りつくね焼き、吸物、卵豆腐のあおさあんかけ、	気になる野菜
14	日	休館日		30	火	御飯、サバの生姜煮、吸物、三色なます、	バームクーヘン
15	月	里芋と昆布の炊き込みごはん、鱈のおろしポン酢のせ、吸物、春菊の白和え、★昆布の日★	いちご饅頭				
16	火	御飯、ホッケの山椒煮、吸物、白菜のゆず和え、	ワッフル				

☆11日：鮭の日、15日：昆布の日、17日：れんこんの日☆