

予定献立一覧表

常食

2026年11月1日(日) ~ 2026年11月30日(月)

	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)	9(月)	10(火)
朝	御飯 野菜炒め 納豆 味噌汁 牛乳200ml	御飯 玉子焼き ほうれん草おかか和え 味噌汁 牛乳200ml	パン ポトフ 温野菜サラダ 牛乳200ml	御飯 鰯のもろみ漬け 椎茸昆布のやわらか煮 味噌汁 牛乳200ml	パン ベーコンポテト煮 マカロニサラダ トマトスープ 牛乳200ml	御飯 豆腐ハンバーグ オクラと山芋の和え物 味噌汁 牛乳200ml	パン ハムソテー キャベツサラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 カレイの粕漬け焼き 小松菜のお浸し 味噌汁 牛乳200ml	御飯 鰯バーグ 昆布と大豆の煮物 味噌汁 牛乳200ml	パン オムレツ ポテトサラダ コンソメスープ 牛乳200ml
昼	御飯 鯖のカレー風味焼き 大根のそぼろ煮 長芋の二杯酢 清汁	御飯 麻婆豆腐 中華春雨サラダ 杏仁豆腐 中華スープ	御飯 鰯の西京焼き E.T. 団子の煮物 青菜のごま和え 清汁	御飯 鶏肉のハニーマスタード焼き きのこのソテー ぶどうゼリー コンソメスープ	御飯 牛肉と牛蒡の卵とじ れんこんの炒め物 なすの煮浸し 味噌汁	御飯 赤魚の塩麹焼き 里芋の煮物 青菜の辛子和え 味噌汁	御飯 鮭のクリーム煮 野菜クロック カリフラワーマリネ かぶの生姜スープ	御飯 鶏肉の味噌マヨ焼き ひじきの煮物 春菊のごまポン酢和え 清汁	御飯 白身魚のワイン蒸し じゃが芋のバター炒め E.T.とオムレツのサラダ コンソメスープ	御飯 豚肉とキノコの甘辛炒め かぼちゃの煮物 わかめの酢の物 清汁
間	きみしぐれ	プチケーキ(リンゴ)	もみじ饅頭	蒸しケーキ	ドーナツ(チョコ)	吹雪饅頭	クレープ(バナナ)	どら焼き	ロールケーキ	マドレーヌ
タ	御飯 蒸し豚の胡麻ダレかけ がんもの煮物 白菜のお浸し 味噌汁	御飯 かじきの照り焼き 切り昆布の煮物 浅漬け 味噌汁	御飯 豚肉の野菜炒め かぼちゃのいとこ煮 小松菜のポン酢和え 味噌汁	御飯 ほっけの塩焼き さつま芋のレモン煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁	御飯 鯖の味噌煮 豆腐のかにあんかけ キャベツの酢和え 清汁	御飯 豚肉の塩だれ炒め 大根と薩摩揚げの煮物 かぼちゃサラダ 清汁	牛丼 豆の和え物 浅漬け 味噌汁	御飯 ぶり大根 さつま揚げの炒め物 もずく酢 味噌汁	御飯 ぎせい豆腐のあんかけ 切干大根の煮物 青菜のなめたけ和え 味噌汁	御飯 白身魚の磯風味焼き ぜんまいの煮物 大根と炒めのマヨ和え 味噌汁
	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)
朝	御飯 はんぺんの卵とじ 納豆 味噌汁 牛乳200ml	パン ベーコンと野菜スープ煮 たまごサラダ 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐 いんげんのおかか和え 味噌汁 牛乳200ml	パン 鶏肉団子のクリーム煮 マカロニサラダ 牛乳200ml	御飯 たらばーグ 小松菜のお浸し 味噌汁 牛乳200ml	御飯 目玉焼き 白菜の煮浸し 味噌汁 牛乳200ml	パン ウインナーポトフ風 温野菜サラダ 牛乳200ml	御飯 いわしの鰹煮 オクラめかぶ 味噌汁 牛乳200ml	パン スクランブルエッグ ブロッコリーとE.T.のサラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 豆腐ハンバーグ 椎茸と昆布炒め煮 味噌汁 牛乳200ml
昼	御飯 鰯の幽庵焼き 冬瓜とがんもの煮物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁	御飯 すき焼き風煮込み 蒸しナスのポン酢和え 三色豆 清汁	御飯 チキン南蛮 花野菜サラダ ピーチゼリー コンソメスープ	鮭の山椒焼き かぶの水晶煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	御飯 キーマカレー コールスロー フルーツヨーグルト	御飯 牛肉と牛蒡の炒め煮 じゃがバター 果物(リンゴ) 清汁	御飯 八宝菜 焼売 もやし中華和え 春雨スープ	御飯 豚肉の生姜焼き ひじきの煮物 大根サラダ 味噌汁	御飯 カレイの柚子風味焼き じゃが芋とサツマ揚げの煮物 青菜のゆかり和え 豚汁	御飯 牛肉のオイスター炒め 野菜のザーサイ和え ヨーグルト(ブルーベリー) 中華コンソメスープ
間	芋ようかん	おかき(えび)	バウムクーヘン	レアチーズケーキ	紅白饅頭(ユニット別)	今川焼き(デザート)	レモンケーキ	どら焼き(抹茶)	ばななかすてら	ロールケーキ
タ	御飯 鶏肉のマーマレード焼き 金平ごぼう 青菜のピーナツ和え 清汁	御飯 鯖の塩焼き 肉じゃが もやしの梅和え 味噌汁	御飯 赤魚の煮付け キャベツとツナ炒め 青菜のくるみ和え 味噌汁	御飯 豚肉のブルドック風 餃子 さつまいもサラダ わかめスープ	御飯 鶏肉の黒酢煮 ピーマン炒め 青菜としらす和え 味噌汁	御飯 鰯の照り焼き 五目煮豆 甘酢生姜和え 味噌汁	御飯 鶏肉のチーズパン粉焼き ほうれん草のソテー いちごゼリー パンプキンスープ	御飯 ムツのバター醤油 豆腐のそぼろあん 蓮根のたらこマヨ和え 清汁	御飯 鶏肉のピカタ きのこのソテー キャベツのマリネ 豆乳スープ	御飯 鯖の梅しそ焼き 里芋の煮っころがし かぶの塩昆布和え 清汁
	21(土)	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)	30(月)
朝	パン 鶏団子トマトスープ煮 フルーツ(バナナ) 牛乳200ml	御飯 赤魚のみりん醤油焼き 納豆 味噌汁 牛乳200ml	御飯 大豆ボールの野菜あん いんげんのごま和え 味噌汁 牛乳200ml	パン アンサンブルエッグ マカロニサラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 野菜炒め 金時豆 味噌汁 牛乳200ml	パン ハムソテー ポテトサラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 かに入り卵蒸し キャベツのゆかり和え 味噌汁 牛乳200ml	パン えびグラタン たまごサラダ コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 赤魚のもろみ焼き 浅漬け 味噌汁 牛乳200ml	御飯 いわしの梅煮 オクラの塩昆布和え 味噌汁 牛乳200ml
昼	御飯 カジキの味噌醤油焼き 高野豆腐の煮物 ほうれん草のかき和え 味噌汁	御飯 鶏とれん草の汁 ブロッコリーサラダ パインゼリー	栗ごはん 鮭の塩焼き 白菜の煮浸し 野菜のポン酢和え 味噌汁	御飯 鰯の南蛮漬け きのこベーコン炒め 小松菜のわさび和え 味噌汁	山菜そば 信田煮 フルーツ(洋梨缶)	御飯 タンドリーチキン 白菜とE.T.のソテー グリーンサラダ トマトスープ	御飯 麻婆茄子 えび焼売 マンゴープリン 中華スープ	御飯 ミートローフ トマトソース ほうれん草ソテー ヨーグルト(みかん) コンソメスープ	御飯 鶏肉の香草パン粉焼き コールスロー レモンゼリー コンソメスープ	御飯 かに玉風 餃子 フルーツ杏仁 中華スープ
間	チョコワッフル	ドーナツケーキ	練切	レモンケーキ	カステラ(蜂蜜)	たい焼き	黒糖蒸しケーキ	プチシュー(抹茶・チョコ)	パバロア いちご	和菓子風ムース
タ	御飯 厚揚げと豚肉炒め 切干大根の煮物 かぼちゃサラダ 清汁	御飯 ムツのもろみ漬け 切り昆布の煮物 青梗菜のピーナツ和え 味噌汁	御飯 鶏肉の照り焼き がんもの煮物 キャベツと炒めのマヨ和え 味噌汁	御飯 豚しゃぶの梅ソース なすの味噌炒め 里芋のずんだ和え 清汁	御飯 牛肉のニンニク風味炒め さつま芋レモン煮 白和え 清汁	御飯 鰯の煮付け ひじきと根菜の炒め煮 青菜の和風和え 味噌汁	御飯 鶏肉の葱塩だれ 野菜つみれの煮物 大根のツナ和え 味噌汁	御飯 鰯の味噌マヨ焼き 冬瓜の煮物 青菜のお浸し 清汁	御飯 豚肉のポン酢炒め こふき芋 なめたけ和え 清汁	御飯 豆腐とE.T.のうま煮 れんこん金平 青菜の酢味噌和え 清汁