



# 11月月間献立表 (食材・人数によって変更になる場合があります)



日	月	火	水	木	金	土
5	6	7	8	9	10	11
屋食			鶏肉と茄子のさっぱり煮 ブロッコリーのカニ風味あん いんげんの胡麻和え	赤魚のねぎ味噌焼き 肉じゃが 焼きそば	鶏肉とピーマンの照焼風 治部煮風 ひじきとおくらの和え物	サバの粕漬 なすのそぼろあん 南瓜煮
屋食	にしんの生姜煮 白菜と豚肉の炊き合わせ ほうれん草のごま和え	薄切り肉とパプリカ酢豚 チンゲン菜とイカ炒め ツナとキャベツの和え物	マスの塩焼き さつま芋と豚肉のごま味噌煮 切り干し大根煮	タンドリーチキン あんかけがんも マカロニサラダ	炊き込みご飯 タラのみぞれ煮 わかめときゅうりの酢の物	おでん 野菜と麩の炒め煮 チンゲン菜と油揚げの煮びたし
屋食	肉団子の薄くずあん 具だくさんコンソメ煮 ブロッコリーのサラダ	あじの南蛮漬け 炊き合わせ からし菜のおかか和え	牛肉と牛蒡の柳川風 竹輪の煮物 木耳と人参の中華サラダ	いわしのやわらか煮 はんぺんと小松菜の煮浸し 野菜炒り炒り玉子	菜の花コロッケ 高野豆腐の卵とじ 根菜マリネ	あぶらかれの照り煮 里芋といんげんの煮物 牛蒡と焼き竹輪の炒め煮
屋食	天ぶらの盛り合わせ 青菜と豆腐のとろみ煮 切り昆布の煮物	豚肉のしぐれ煮 がんもの炊き合わせ ひじき煮	ブリの煮つけ かぶとひき肉のとろろ煮 菜花の菜種和え	ホイコーロー 大根のカニ風味あん 茄子の煮びたし	鮭のつみれホワイトソース 野菜と麩の炒め煮 さつま芋と昆布の煮物	豆腐と豚肉のスタミナ炒め 厚焼き玉子 白和え
屋食	チンジャオロース 中華風春雨 小松菜とカニカマのごま和え	甘だれ海鮮バーグ 炒め豆腐 ミニオムレツ	やわらかポークチャップ かぶの洋風煮 さつま芋煮	白身魚のねぎあんかけ 肉野菜炒め きんぴら		