



11月月間献立表



	日	月	火	水	木	金	土
							1
昼食							アジのカレーフライ 竹輪の煮物 わさび和え
	2	3	4	5	6	7	8
昼食		サーモンチーズ ソーセージ炒め インゲンと竹輪の和え物	八宝菜 マーボー豆腐 ポテトサラダ	サバの塩焼き 厚揚げの煮物 ほうれん草の胡麻和え	すき焼き煮 ビーフン炒め 若布の青じそサラダ	赤魚の煮つけ 切干大根の炒り煮 ほうれん草ピーナツ和え	豚カツ 野菜炒め ブロッコリーサラダ
	9	10	11	12	13	14	15
昼食		ハンバーグ さつま芋と昆布の煮物 冬瓜の煮物	さばの味噌煮 豆腐の野菜あんかけ 春雨サラダ	とりのおろし煮 ハムと玉ねぎの玉子とし 柚子大根	かつおの竜田揚げ 厚焼き玉子 スパゲティサラダ 	メンチカツ しゅうまい 大根なます	炊き込みご飯 かじきの西京焼き 京瓜と若布の酢の物
	16	17	18	19	20	21 混ぜご飯	22
昼食		たらの甘酢あん 白菜のクリーム煮 ブロッコリーサラダ	おでん さつま芋の煮しめ マカロニサラダ	かれいのみりん漬け 里芋のそぼろあん 切干大根煮	とりの揚げ煮 なすの炒め煮 おくらのおかか和え	赤魚の煮つけ 担々春雨 野菜のかにかまぼこの和え物	やみつきささみ 揚げ出し豆腐 切干大根と小松菜の和え物
	23	24	25	26	27	28	29
昼食		豚肉の香味ソース なすのそぼろ煮 きんぴら	かれいの蒲焼き 焼きビーフン 野菜とかまぼこの和え物 	豚肉の中華炒め 豆腐の野菜あんかけ	さばの塩麴 がんものみぞれ煮 ひじき煮	豚肉の柚子味噌炒め 大豆のコンソメ煮 人参と若布の胡麻和え	ブリの生姜夜会 白菜とツナの煮物 大根のそぼろ煮
	30						
昼食							