# ２０２２年１１月　月間献立表（昼・間食）

（常食（デイ））

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | １日<br>昼：赤飯<br>魚のポン酢煮<br>付）絹さや<br>ビーフン炒め<br>パンプキンサラダ<br>清まし汁（ﾄﾛ昆布）ｹ<br>マスカットゼリー<br>間：ココア蒸しパン | ２日<br>昼：米飯<br>肉豆腐<br>つぼ漬<br>チンゲン菜のﾋﾟｰﾅｯﾂ和え<br>団子汁<br>ふかし芋(ケア・デイ)<br>間：マドレーヌ | ３日<br>昼：米飯<br>白身魚の幽庵焼き<br>付）いんげん<br>里芋とイカ団子の煮物<br>ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾄﾞﾚ和え<br>味噌汁（キャベツ）<br>フルーツ（バナナ）<br>間：みたらし団子 | ４日<br>昼：ご飯<br>丸天うどん<br>トマトのサラダ<br>黒蜜ゼリー<br>間：フルーツポンチ | ５日<br>昼：米飯<br>魚のごま焼き<br>付）いんげん<br>豚肉としらたきの煮物<br>小松菜の白和え<br>味噌汁(切干大根)<br>プリン<br>間：今川焼 |
| ６日<br>昼：<br>間： | ７日<br>昼：米飯<br>魚の照焼き<br>付）オクラ<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのそぼろあん<br>ポテトサラダ<br>味噌汁(しめじ)<br>水ようかん<br>間：アップルパイ | ８日<br>昼：米飯<br>おでん(ケア・デイ)<br>ｷｬﾍﾞﾂのくるみ和え<br>べったら漬<br>味噌汁(さつま芋)<br>ストロベリーババロア<br>間：南瓜蒸しパン | ９日<br>昼：米飯<br>コロッケ<br>ｴﾋﾞｱｽﾊﾟﾗ香炒(特ﾃﾞｲ)<br>野菜サラダ<br>ミネストローネ<br>フルーツ（パイン缶）<br>間：たこ焼き | １０日<br>昼：米飯<br>牛肉のごま醤油煮<br>付）花人参<br>豆腐のゆず味噌かけ<br>小松菜のシラス和え<br>吸い物（かまぼこ）<br>フルーチェ（ピーチ）<br>間：あんこパイ | １１日<br>昼：米飯<br>魚のみそ焼き<br>付）絹さや<br>ﾋｼﾞｷとｺﾞﾎﾞｳの炒め煮<br>山芋おろし<br>わかめスープ<br>フルーツ（甘夏缶）<br>間：紅茶とﾊﾞﾅﾅのケーキ | １２日<br>昼：親子丼<br>さつま芋とﾘﾝｺﾞのｻﾗﾀﾞ<br>桜大根漬(ケアデイ)<br>味噌汁(南瓜)<br>チーズヨーグルト<br>間：あんまん |
| １３日<br>昼：<br>間： | １４日<br>昼：おにぎり<br>肉うどん<br>もやしのﾋﾟｰﾅｯﾂ和え<br>フルーツ（甘夏缶）<br>間：どらやき風 | １５日<br>昼：米飯<br>魚のムニエル<br>付）アスパラ・コーン<br>なすのひき肉あん<br>うの花<br>コンソメスープ<br>柿（ケア・デイ）<br>間：ミニぜんざい | １６日<br>昼：米飯<br>豚肉と里芋の煮物<br>ｷｬﾍﾞﾂのﾏﾖ炒め<br>ふきのお浸し<br>吸い物（ﾊﾅｶﾞﾀﾄｳﾌ）<br>ヨーグルト<br>間：黒糖くるみケーキ | １７日<br>昼：五穀ご飯１７０ｇ<br>チキン南蛮<br>付）玉葱のソテー<br>大根とちくわの煮物<br>高菜漬<br>赤だし汁（あおさ）<br>フルーツ（オレンジ）<br>間：甘酒蒸しパン | １８日<br>昼：米飯<br>魚のバター醤油焼き<br>付）ｼｬﾄｰｷｬﾛｯﾄ<br>なすの炒め煮<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾄﾞﾚ和え<br>豚汁<br>ﾛｰﾙｹｰｷ(ｷｬﾗﾒﾙ)<br>間：クレープ | １９日<br>昼：米飯<br>煮込みﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ<br>付）コインキャロット<br>ｶﾘﾌﾗﾜｰの高菜炒め<br>青梗菜のｱｰﾓﾝﾄﾞ和え<br>コーンポタージュ<br>フルーツ（バナナ）<br>間：誕生日会（ケーキ） |
| ２０日<br>昼：<br>間： | ２１日<br>昼：米飯<br>魚の酒蒸し<br>南瓜の煮物<br>白菜のくるみ和え<br>吸い物（はんぺん）<br>野菜たっぷりゼリー<br>間：ふかし芋 | ２２日<br>昼：米飯<br>牛肉の焼肉風<br>ﾁﾝｹﾞﾝ菜と天ぷらの煮<br>豆腐とトマトのサラダ<br>味噌汁(巻き麩)<br>ゆずゼリー<br>間：フルーツヨーグルト | ２３日<br>昼：米飯<br>魚の塩こうじ焼き<br>付）きのこのソテー<br>高野豆腐の含め煮<br>春菊のゆず和え<br>かき玉汁<br>抹茶ババロア<br>間：小倉ケーキ | ２４日<br>昼：米飯<br>豆乳味噌鍋<br>ほうれん草の山吹和え<br>桜大根漬<br>フルーツ（りんご缶）<br>間：南瓜蒸しパン | ２５日<br>昼：玉子サンド<br>あんまん<br>クロワッサン（デイ）<br>コールスローサラダ<br>クリームシチュー<br>フルーツ（オレンジ）<br>間：みたらし団子 | ２６日<br>昼：かつ丼<br>白菜の塩昆布和え<br>高菜漬(ケア・デイ)<br>わかめスープ<br>フルーツ（パイン缶）<br>間：たいやき |
| ２７日<br>昼：<br>間： | ２８日<br>昼：ひじきご飯<br>鶏肉の生姜焼き<br>付）アスパラ・コーン<br>なすの磯辺煮<br>白菜のごま和え<br>呉汁<br>フルーツ（白桃缶）<br>間：マドレーヌ | ２９日<br>昼：カレーライス<br>ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾂﾅ和え<br>らっきょう漬<br>ヨーグルト<br>間：クレープ | ３０日<br>昼：米飯<br>魚のムニエル<br>付）ｼｬﾄｰｷｬﾛｯﾄ<br>大根の磯辺煮<br>ポテトサラダ<br>中華春雨スープ<br>チョコババロア<br>間：たこ焼き | 昼：<br>間： | 昼：<br>間： | 昼：<br>間： |
| 昼：<br>間： | 昼：<br>間： | メモ | | | | |