

令和4年 11月献立

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	・	・	1	2	3	4	5
朝食			卵サンド・ コンソメスープ・ プリン	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ハンバーガー・ コーンスープ・ バナナ
夕食			回鍋肉・魚の甘酢あんかけ・ マカロニサラダ・ ナスの揚げ浸し・ ご飯・味噌汁	焼きそば・魚料理・ 焼売・中華スープ	豚丼・焼魚・ ジャガイモの煮っ転がし・ 野菜サラダ・味噌汁	ポークソテー(キャベツ添え)・ 魚の照り焼き・野菜サラダ・ ご飯・スープ	うどん(温かい)・ ちくわ天・とり天・ お浸し・果物
日	6	7	8	9	10	11	12
朝食		バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ホットドック・ ポテトサラダ・ 野菜スープ	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ピザトースト・ ソーセージ・サラダ・ かぼちゃのスープ
夕食		チキンステーキ・ 魚料理・野菜サラダ・ ご飯・スープ	コロッケ・魚料理・ 野菜サラダ・ ご飯・味噌汁	クリームシチュー・魚料理・ ほうれん草のソテー・ ご飯・スープ	肉と野菜の味噌炒め・ カツオのたたき・ ご飯・豚汁	カルボナーラスパゲッティ・ 魚料理・ 野菜のガーリック炒め・ スープ	豚こまの竜田揚げ・ 魚料理・野菜サラダ・ ご飯・味噌汁
日	13	14	15	16	17	18	19
朝食		バイキング5種・ ご飯・味噌汁	玉子とハムのサンドイッチ・ マカロニサラダ・ スープ	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	チーズトースト・ ソーセージ・サラダ・ コーンスープ
夕食		魚料理・豚肉と野菜炒め・ バターライス・ コンソメスープ	肉じゃが・魚料理・ 春雨サラダ・ ご飯・味噌汁	和風ハンバーグ・ 魚料理・野菜サラダ・ ご飯・味噌汁	チキンと野菜のトマト煮込み・ 魚料理・スパゲッティサラダ・ ご飯・スープ	八宝菜・魚料理・ 巾着たまご・ ご飯・味噌汁	鍋・ご飯
日	20	21	22	23	24	25	26
朝食		バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ハムチーズサンド・ 目玉焼き・ サラダ・スープ	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	バイキング5種・ ご飯・味噌汁	BLTサンド・ スープ・果物
夕食		麻婆豆腐・ 春雨の中華サラダ・魚料理・ ご飯・中華スープ	炒飯・野菜炒め・ 魚料理・かに玉・ 中華スープ	シーフードカレー・ 野菜サラダ・ ご飯・味噌汁・フルーチェ	生姜焼き(キャベツ添え)・ 魚料理・豆苗の卵炒め・ ご飯・味噌汁	鶏の唐揚げ・ 野菜の揚げ浸し・魚料理・ ご飯・味噌汁	ミートソーススパゲッティ・ 魚料理・ポテトサラダ・ スープ
日	27	28	29	30	・	・	・
朝食		バイキング5種・ ご飯・味噌汁	ツナマヨサンド・ サラダ・ソーセージ・ コンソメスープ	バイキング5種・ ご飯・味噌汁			
夕食		中華丼・春巻き・ 魚の南蛮漬け・ 中華スープ	ロールキャベツ・ 魚料理・野菜サラダ・ ご飯・スープ	豚バラ大根・ 魚料理・焼き厚揚げ・ ご飯・味噌汁			