2026年11月の献立

献立表　普通食

社会福祉法人みやび

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2	3	4	5	6	7
御飯 さばのごま味噌焼き ブロッコリーのゆかり和え さつまいもとしめじのすまし汁	文化の日	御飯 豚肉と大根の甘辛炒め ほうれん草の白和え 玉ねぎとしめじのみそ汁	御飯 豚肉のねぎだれ焼き ひじきのマヨネーズ和え 厚揚げのみそ汁	御飯 鶏肉と大根のこっくり煮 ほうれん草の磯あえ 白菜のみそ汁	牛乳 ハヤシライス チーズ
牛乳 チャーハン		牛乳 おはぎ	飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)	牛乳 高野豆腐のコロコロ揚げ	牛乳 せんべい・クッキー
9	10	11	12 郷土料理(高知県)	13	14
御飯 さわらの煮つけ 白菜のお浸し かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	御飯 豚肉とキャベツの炒め物 きゅうりのしらす和え もやしと小松菜のみそ汁	御飯 れんこんバーグ ポテトサラダ 野菜スープ	こうし飯 鶏ささ身のレモン風味 ぐる煮 おふのみそ汁	牛乳・ロールパン クリームシチュー 千切り大根ときゅうりのサラダ オレンジ	牛乳 ミニ黒糖ツイスト ゼリー
牛乳 ごぼうとごまのクッキー	牛乳 チヂミ	牛乳 おからドーナツ	牛乳 五平餅 おやつ昆布(3～5歳)	お茶 手作りふりかけおにぎり おやつ昆布(3～5歳)	牛乳 せんべい・クッキー
16	17	18	19	20	21
御飯 鮭のマヨネーズ焼き ブロッコリーのおかか和え 大根のみそ汁	御飯 豚肉のすき焼き風煮物 白菜とちくわのさっぱり和え 切り干し大根のみそ汁	御飯 まぐろの竜田揚げ チンゲン菜の納豆あえ 白菜とわかめのみそ汁	御飯 チャプチェ キャベツと小松菜の中華風サラダ わかめスープ	御飯 赤魚の照り焼き 小松菜と大豆ミートのソテー さつまいもと玉ねぎのみそ汁	牛乳 ミルクツイスト ゼリー
牛乳 大学いも	牛乳 ラスク	牛乳 中華風ビーフン	お茶 コーンフレーク	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 せんべい・クッキー
23	24	25	26	27 お楽しみメニュー	28
勤労感謝の日	ハヤシライス コールスローサラダ	御飯 さんまの塩焼き チンゲン菜のとろみ炒め じゃがいものみそ汁	御飯 豆腐の肉あんかけ キャベツのごま和え 小松菜とえのきのみそ汁	混ぜ寿司 鶏肉の照焼 かぼちゃとほうれん草のみそ汁	牛乳 カレーライス チーズ
	牛乳 カスタードロール	お茶 ヨーグルト・バナナ	牛乳 歯固めクッキー	牛乳 きなこケーキ	牛乳 せんべい・クッキー
30					
御飯 クリスピーチキン ツナサラダ 野菜スープ					
牛乳 肉みそスパゲティ					

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。