2025年11月分の献立

| | | | | | | | 1(土) |
|---|----------|---|---|---|--|---|---|
| 午前 | | | | | | | 牛乳 |
| 昼食 | | | | | | | 豆腐丼(カレー風味)、バナナ、オニオンスープ |
| 午後 | | | | | | | 大学かぼちゃ(ごま) |
| | 2(日) | 3(月) | 4(火) | 5(水) | 6(木) | 7(金) | 8(土) |
| 午前 | | | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| 昼食 | | | 御飯、みそ汁(いも・な す)、豚肉とたまねぎのソ テー、蒸し野菜のサラダ、バ ナナ | ん)、マーボー豆腐(たまね | 御飯、みそ汁(こまつな・あ げ)、さわらとごぼうの煮つ け、かぼちゃサラダ(おか ら・干しぶどう)、りんご | 御飯、鶏だんご鍋(はくさい・コーン)、ベイクド里芋 (青のり)、にんじんとみかんのサラダ | 豚丼、ポトフ、みかん缶 |
| 午後 | | | キャロットゼリー(寒天) | さつまいもスティック(砂 糖) | 米粉蒸しパン・パイン | ホットケーキ | 中華風りんごの包揚げ |
| | 9(日) | 10(月) | 11(火) | 12(水) | 13(木) | 14(金) | 15(土) |
| 午前 | <u> </u> | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| 昼食 | | 野菜そぼろ丼(納豆)、わかめスープ(もやし)、さつま 芋のレモン煮、みかん | : 汗、さけの塩焼さ、日和え (ほうれん草・にんじん・ご ま)、りんご | 御飯、みそ汁(チンゲン菜・ えのき)、豆腐の五目焼き、 きゅうりの酢の物(みかん) | 御飯、豆腐みそ汁(わかめ)、かじきのきのこがけ、 かぼちゃ(蒸し)、バナナ | 御飯、じゃがいものスープ、 鶏肉のマーマレード焼き、切 干大根のサラダ(しらす干 し)、みかん | ビーフン五目(えび)、オレ ンジ、おにぎり(塩こんぶ) |
| 午後 | | 野菜もち(にんじん) | 米粉ドーナツ(おから・バナナ) | オレンジムース | おにぎり(甘納豆) | にんじんおやき | さつまいものさくさく揚げ |
| | | | | | | | |
| | 16(日) | 17(月) | 18(火) | 19(zk) | 20(木) | 21(金) | 22(土) |
| 午前 | 16(日) | 17(月) ^{牛乳} | 18(火) ^{牛乳} | 19(水) ^{牛乳} | 20(木) ^{牛乳} | 21(金) | 22(土) |
| 午前昼食 | | 牛乳 | 牛乳 御飯、みそ汁(さつまいも・ こまつな)、白身魚の煮つ | 牛乳 御助、みそ汁(もやし・わか) | 牛乳 御飯、五目汁、さばと玉ねぎ | | 牛乳 |
| | | 牛乳 ピラフ(ツナ・カレー)、ク リームシチュー(米粉)、ブ ロッコリーのごまあえ、みか | 牛乳 御飯、みそ汁(さつまいも・ こまつな)、白身魚の煮つ け、ひじきの煮物(にんじ | 牛乳 御販、みそ汁(もやし・わかめ)、レバーにんにく風味焼き、粉ふき芋(青のり)、 キャベツのフルーツサラダ | 牛乳 御飯、五目汁、さばと玉ねぎ のみそ煮、添え:ほうれん草 のごま和え、りんご | 牛乳 ハリハリゆかり御飯、豆腐の 旨煮(はくさい)、磯辺さつ | 牛乳 みそ炒め丼、豆腐スープ(わ |
| 昼食 | | 牛乳 ピラフ(ツナ・カレー)、ク リームシチュー(米粉)、ブ ロッコリーのごまあえ、みか ん | 牛乳 御飯、みそ汁(さつまいも・ ごまつな)、白身魚の煮つけ、ひじきの煮物(にんじん)、バナナ大根餅(えび) | 牛乳 御助、みそ汁(もやし・わかめ)、レバーにんにく風味焼き、粉ふき芋(青のり)、 キャベツのフルーツサラダ (ちも) | 牛乳 御飯、五目汁、さばと玉ねぎ のみそ煮、添え:ほうれん草 のごま和え、りんご | 牛乳 ハリハリゆかり御飯、豆腐の 旨煮(はくさい)、磯辺さつ まいも(焼き)、みかん かぼちゃかん | 牛乳 みそ炒め丼、豆腐スープ(わかめ)、みかん 大学さといも(ごま) |
| 昼食 | | 牛乳 ピラフ(ツナ・カレー)、ク リームシチュー(米粉)、フ ロッコリーのごまあえ、みか ん 米粉蒸しパン・小豆 | 牛乳 御飯、みそ汁(さつまいも・ こまつな)、白身魚の煮つ け、ひじきの煮物(にんじん)、バナナ | 牛乳 御助、みぞ汁(もやし・わかめ)、レバーにんにく風味焼き、粉ふき芋(青のり)、 キャベツのフルーツサラダ (キキ) 東り豆腐のきな粉トースト | 牛乳 御飯、五目汁、さばと玉ねぎ のみそ煮、添え:ほうれん草 のごま和え、りんご フライドポテト | 牛乳 ハリハリゆかり御飯、豆腐の 旨煮(はくさい)、磯辺さつ まいも(焼き)、みかん | 牛乳 みそ炒め丼、豆腐スープ(わ かめ)、みかん |
| 昼食 午後 | | 牛乳 ピラフ(ツナ・カレー)、ク リームシチュー(米粉)、フ ロッコリーのごまあえ、みか ん 米粉蒸しパン・小豆 | サ乳 御飯、みそ汁(さつまいも・ こまつな)、白身魚の煮つ け、ひじきの煮物(にんじん)、バナナ 大根餅(えび) | 牛乳 御助、みぞ汁(もやし・わかめ)、レバーにんにく風味焼き、粉ふき芋(青のり)、 キャベツのフルーツサラダ (キキ) 凍り豆腐のきな粉トースト 26(スK) 牛乳 御飯、スープ(じゃがいも・ | 牛乳 御飯、五目汁、さばと玉ねぎ のみそ煮、添え:ほうれん草 のごま和え、りんご フライドポテト 27(木) | 牛乳 ハリハリゆかり御飯、豆腐の 目煮 (はくさい)、磯辺さつ まいも (焼き)、みかん かぼちゃかん 28(金) 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き、ポ | 牛乳 みそ炒め丼、豆腐スープ(わかめ)、みかん 大学さといも(ごま) 29(土) 牛乳 |
| 昼食 午後 午前 | 23(日) | 牛乳 ピラフ(ツナ・カレー)、ク リームシチュー(米粉)、フ ロッコリーのごまあえ、みか ん 米粉蒸しパン・小豆 | 牛乳 御飯、みそ汁(さつまいも・こまつな)、白身魚の煮つけ、ひじきの煮物(にんじん)、バナナ大根餅(えび) 大根餅(えび) 25(火) 牛乳 御飯、くずし豆腐汁(ほうれんそう)、田舎煮、ししゃも | 牛乳 御助、みぞ汁(もやし・わかめ)、レバーにんにく風味焼き、粉ふき芋(青のり)、 キャベツのフルーツサラダ (キキ) 凍り豆腐のきな粉トースト 26(スK) 牛乳 御飯、スープ(じゃがいも・わかめ)、厚揚げの炒め物、 | 中乳 御飯、五目汁、さばと玉ねぎのみそ煮、添え:ほうれん草のごま和え、りんご フライドポテト 27(木) 牛乳 御飯、みそ汁(なす・あげ)、さばとかぼちゃの焼きもの、キャベツのゆかりあ | 牛乳 ハリハリゆかり御飯、豆腐の 目煮 (はくさい)、磯辺さつ まいも (焼き)、みかん かぼちゃかん 28(金) 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き、ポトフ、フルーツカクテル (も | 牛乳 みそ炒め丼、豆腐スープ(わかめ)、みかん 大学さといも(ごま) 29(土) 牛乳 マーボー豆腐丼、オレンジ、中華スープ(チンゲン菜・え |
| 昼食 午後 午前 昼食 | | 牛乳 ピラフ(ツナ・カレー)、ク リームシチュー(米粉)、フ ロッコリーのごまあえ、みか ん 米粉蒸しパン・小豆 | 中乳 御飯、みそ汁(さつまいも・こまつな)、白身魚の煮つけ、ひじきの煮物(にんじん)、バナナ 大根餅(えび) 25(火) 牛乳 御飯、くずし豆腐汁(ほうれんぞう)、田舎煮、ししゃものごま焼き、みかん 米粉の甘酒蒸しパン(豆 | 中乳 御助、みぞ汁(もやし・わかめ)、レバーにんにく風味焼き、粉ふき芋(青のり)、 キャベツのフルーツサラダ (キキ) 凍り豆腐のきな粉トースト 26(7K) 牛乳 御飯、スープ(じゃがいも・わかめ)、厚揚げの炒め物、 大根のピクルス、パイン缶 | 牛乳 御飯、五目汁、さばと玉ねぎのみそ煮、添え:ほうれん草のごま和え、りんごフライドポテト 27(木) 牛乳 御飯、みそ汁(なす・あげ)、さばとかぼちゃの焼きもの、キャベツのゆかりあえ、バナナチデミ(小松菜・豆腐・ご | 牛乳 ハリハリゆかり御飯、豆腐の 旨煮(はくさい)、磯辺さつ まいも (焼き)、みかん かぼちゃかん 28(金) 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き、ポトフ、フルーツカクテル (もも)、ゆでブロッコリー | 牛乳 みそ炒め丼、豆腐スープ(わかめ)、みかん 大学さといも(ごま) 29(土) 牛乳 マーボー豆腐丼、オレンジ、中華スープ(チンゲン菜・えのき) |
| 昼食午後午前昼食 | 23(日) | 牛乳 ピラフ(ツナ・カレー)、ク リームシチュー(米粉)、フ ロッコリーのごまあえ、みか ん 米粉蒸しパン・小豆 | 中乳 御飯、みそ汁(さつまいも・こまつな)、白身魚の煮つけ、ひじきの煮物(にんじん)、バナナ 大根餅(えび) 25(火) 牛乳 御飯、くずし豆腐汁(ほうれんぞう)、田舎煮、ししゃものごま焼き、みかん 米粉の甘酒蒸しパン(豆 | 中乳 御助、みぞ汁(もやし・わかめ)、レバーにんにく風味焼き、粉ふき芋(青のり)、 キャベツのフルーツサラダ (キキ) 凍り豆腐のきな粉トースト 26(7K) 牛乳 御飯、スープ(じゃがいも・わかめ)、厚揚げの炒め物、 大根のピクルス、パイン缶 | 牛乳 御飯、五目汁、さばと玉ねぎのみそ煮、添え:ほうれん草のごま和え、りんごフライドポテト 27(木) 牛乳 御飯、みそ汁(なす・あげ)、さばとかぼちゃの焼きもの、キャベツのゆかりあえ、バナナチデミ(小松菜・豆腐・ご | 牛乳 ハリハリゆかり御飯、豆腐の 旨煮(はくさい)、磯辺さつ まいも (焼き)、みかん かぼちゃかん 28(金) 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き、ポトフ、フルーツカクテル (もも)、ゆでブロッコリー | 牛乳 みそ炒め丼、豆腐スープ(わかめ)、みかん 大学さといも(ごま) 29(土) 牛乳 マーボー豆腐丼、オレンジ、中華スープ(チンゲン菜・えのき) |
| 昼食 午後 午後 午後 | 23(日) | 牛乳 ピラフ(ツナ・カレー)、ク リームシチュー(米粉)、フ ロッコリーのごまあえ、みか ん 米粉蒸しパン・小豆 | 中乳 御飯、みそ汁(さつまいも・こまつな)、白身魚の煮つけ、ひじきの煮物(にんじん)、バナナ 大根餅(えび) 25(火) 牛乳 御飯、くずし豆腐汁(ほうれんぞう)、田舎煮、ししゃものごま焼き、みかん 米粉の甘酒蒸しパン(豆 | 中乳 御助、みぞ汁(もやし・わかめ)、レバーにんにく風味焼き、粉ふき芋(青のり)、 キャベツのフルーツサラダ (キキ) 凍り豆腐のきな粉トースト 26(7K) 牛乳 御飯、スープ(じゃがいも・わかめ)、厚揚げの炒め物、 大根のピクルス、パイン缶 | 牛乳 御飯、五目汁、さばと玉ねぎのみそ煮、添え:ほうれん草のごま和え、りんごフライドポテト 27(木) 牛乳 御飯、みそ汁(なす・あげ)、さばとかぼちゃの焼きもの、キャベツのゆかりあえ、バナナチデミ(小松菜・豆腐・ご | 牛乳 ハリハリゆかり御飯、豆腐の 旨煮(はくさい)、磯辺さつ まいも (焼き)、みかん かぼちゃかん 28(金) 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き、ポトフ、フルーツカクテル (もも)、ゆでブロッコリー | 牛乳 みそ炒め丼、豆腐スープ(わかめ)、みかん 大学さといも(ごま) 29(土) 牛乳 マーボー豆腐丼、オレンジ、中華スープ(チンゲン菜・えのき) |