

## 献立表（平成30年 11月）

日付	曜日	朝食	昼食	夕食	日付	曜日	朝食	昼食	夕食
1	木	ハムステーキバー焼 ゆで卵 鯛みそ 味付とろろ みそ汁	鶏肉のボン酢漬 ひじき豆と水菜の和サラダ 大根とベーコンのコンソメ炒め 野菜スープ	マカロのエキスカパージュ風 春雨サラダ 高野の塩生姜煮 わかめスープ	16	金	ロールパン ロースハム スクランブルエッグ アスパラとベーコンのソテー コンソメスープ	肉豆腐 じゃが芋の煮付け 若竹和 メロンムース	とり南蛮漬 春雨キムチ風味 里芋と大豆の煮物 みそ汁
2	金	パン ポークウインナー スクランブルエッグ 梨 コンソメスープ	揚豚チリがらめ オニオンサラダ チンゲン菜と牛肉のオイスターソース炒め すまし汁 豆乳ブラマンジェ	牛カルビ塩ダレ炒め コンニャク梅味噌和 ゴボウの味噌煮 みそ汁	17	土	鯖塩焼 湯豆腐 切干大根のマヨ風サラダ みそ汁	イカの変り揚 胡瓜の酢物 南瓜と人参の胡麻まぶし 豚汁	牛肉わさび醤油炒め こんにゃくのそぼろ煮 くらげと大根の和物 みそ汁
3	土	温泉たまご 豆腐ハンバーグの春野菜あんかけ オクラとなめこの和物 みそ汁	秋色中華炒め もやしのゴマ和 なすのトマト煮込み みそ汁	焼き鯖のおろしソースかけ 切り干し大根のマヨネーズ'サラダ' 鞍馬煮 みそ汁	18	日	クロワッサン ベーコンポテト焼 サラダ 鞍馬煮 豆マリネ クリームシチュー	ポークソテー 赤ワインソース カラフル野菜の洋風炒め みそ汁 ガトーショコラ	ビーフカツ 大豆ドレッシングサラダ 高野の胡麻煮 みそ汁
4	日	ロールパン ロースハム スペイン風オムレツ グリーンサラダ エンドウとコーンのソテー	黒酢豚 ビーフンサラダ 揚げ餃子 ごま風味チゲスープ 焼きプリンタルト	鶏唐揚げ薬味ソース 海の幸卵スパゲティサラダ' 市松煮 みそ汁	19	月	ポークウインナー 肉団子ケチャップ和 角切りポテトサラダ コンソメスープ	ハニーマスタードチキン 大根とイカの煮付 葉大根のタルタル風サラ ダ みそ汁	豚肉ピザ風味焼 煮豆 白菜のさっぱり和 みそ汁
5	月	目玉焼き 肉団子ケチャップ和 角切りポテトサラダ コンソメスープ	山賊焼 マカロと四色素材のサラダ' 大根と刻み揚げのピリ辛炒 め みそ汁	エビフライ ライスカレーコロッケ ひじきと揚げの煮付 里芋のゆず風味サラダ みそ汁	20	火	ホットケーキ ロースハム プレーンオムレツ コーンソテー コンソメスープ	牛肉の柳川風 白身フライ タラモサラダ みそ汁	海鮮塩炒め いんげんごま醤油和 きのこパスタサラダ みそ汁
6	火	クロワッサン ロースハム プレーンオムレツ コーンソテー コンソメスープ	牛肉とキノコの中華炒め 高菜と人参のごま油炒め 金平ゴボウ みそ汁	豚の生姜焼 グリーン野菜ソテー くずきりの酢物 みそ汁	21	水	鶏肉と春雨のスープ 開きサンマの塩焼き サラダ 青菜ご飯	バターチキン風カレー サラダ サクリメンチカツ	鮭チャンチャン焼 チキン和風ドレッシング和 胡瓜の酢物 みそ汁
7	水	鮭の塩焼 味付けとろろ サラダ 春雨スープ	ビーフシチュー やわらかハンバーグ ブロッコリーとツナのサラダ'	チキンカツ 小松菜からし醤油和 金平ゴボウ みそ汁	22	木	イタリアンソース入りオムレツ 筍わさびマヨネーズ和 キャベツの香味和 バナナ みそ汁	豚肉と大豆のトマト煮込 ベーコンとほうれん草のペペ ロンチーノ グリーン野菜ソテー みそ汁	ジャンボチキンカツ 春雨サラダ 高野の塩生姜煮 わかめスープ
8	木	イタリアンソース入りオムレツ 大豆と蓮根のマヨネーズ'サラダ' キャベツの香味和 バナナ みそ汁	豚天の甘露煮 蒸しシューマイ とり酢 たまごスープ	イワシしそフライ 帆立風フライ スパナポリタン じゃが芋と鶏肉の煮物 赤だし	23	金	パン ベーコンスライス スクランブルエッグ サラダ 焼ポテト	サクサクいか天ぷら 中華煮込み 茄子とニラの炒め煮 紅茶のムース	牛肉と玉葱のごま炒め こんにゃく梅味噌和 ごぼう みそ汁の味噌煮
9	金	ホットドッグ マカロニサラダ サラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	ヤンニョムチキン なすの生姜炒め 切り干し大根の中華サラダ' みそ汁 ココアムース	牛カルビ塩ダレ炒め シルバーサラダ 肉入りコロッケ スープ	24	土	カレイの醤油焼 温泉たまご サラダ みそ汁	タツリタン(韓国料理) キャベツと胡瓜のシソ昆布 和 エンドウと人参の胡麻よご し わかめスープ	豚肉の旨酢生姜焼 切干大根のマヨネーズ'サラダ' 里芋のそぼろ煮 みそ汁
10	土	カレイのしょうゆ焼 茶そば風こんにゃくサラダ 温泉たまご サラダ みそ汁	豚肉バーベキューソース焼 大豆サラダ 高野と椎茸の含煮 みそ汁	タンドライ風チキン 胡瓜とゆの辛子酢味噌和 筍の中華炒め コンソメスープ	25	日	ロールパン ハムステーキ カラフル野菜の洋風炒め 温野菜 柿	ポークソテー 赤ワインソース 鮮やかな色の洋風和え 冬瓜スープ煮 みそ汁	パイヤベース風 イカリングフライ ブロッコリーのマヨネーズ'サラダ' 野菜スープ
11	日	ロールパン ポークウインナー 温野菜 キウイフルーツ コンソメスープ	チキンソテーのキャロットソース ブロッコリーとコーンのソテー 里芋と牛肉の山椒煮 みそ汁 黒ごまプリン	豚キムチ サクリメンチカツ コンニャク梅味噌和 みそ汁	26	月	カニかまぼこ ミニ納豆 角切りポテトサラダ みそ汁	鶏肉と茄子の中華炒め インゲンとコンニャクの炒め煮 竹輪とわかめのぬた みそ汁	グヤーシユ(牛肉と野菜のハブリ炒煮) 三色コマ酢和 白和え 赤だし
12	月	ベーコンスライス オムレツのチーズ焼 グリーンサラダ エンドウとコーンのソテー コンソメスープ	鶏肉と野菜の黒胡椒炒め 切干大根とあげの煮付 竹輪と昆布のぬた みそ汁	秋野菜とキノコのハンバーグ 小松菜の胡麻クリーム和 ジャンケンサラダ みそ汁	27	火	ピザトースト ポークウインナー ブロッコリーとコーンのソテー 野菜入りコンソメスープ	チーズインメンチカツ イカフライ シルバーサラダ じゃが芋のペペロンソテー みそ汁	豚ロースのカレーソテー オクラの胡麻ドレ和 大根と小えびの煮付 野菜スープ
13	火	ウインナーチーズトースト スクランブルエッグ こんにゃくサラダ コンソメスープ	ビーフメンチカツ 塩だれカルビ風メンチカツ キャベツメンチカツ 牛蒡の高菜煮 マカロニサラダ	豚肉がーリックバター醤油風味焼 玉ねぎのオイスターソース炒 め しめじの中華炒め 赤だし	28	水	鯖塩焼 ひじき煮 ゆで卵 みそ汁	すき焼き丼 温泉たまご サラダ	冬野菜の子キングリル 大根とハムのサラダ 中華煮込み みそ汁
14	水	照焼チキン ゆで卵 ポテトサラダ みそ汁	あごだし塩ラーメン サラダ 蒸しシューマイ	牛ステーキ サラダ 野菜スープ ツナサラダ リンゴ	29	木	ロースハム スクランブルエッグ 法蓮草とコーンのソテー ツナサラダ フルーツヨーグルト	鶏肉の2色ゴマ揚 ひじきとあげの煮付 春雨と青梗菜のキムチ煮 みそ汁	あんかけロールキャベツ いかのドレッシング和 スパゲティポリタン 野菜スープ
15	木	温泉たまご 肉団子 コーンサラダ 胡瓜の塩昆布和 清し汁	白身魚のムニエル カラフルソース マカロとツナのトマト炒め 白菜のレモン醤油和 みそ汁	牛肉コロッケ スパイシー唐揚げ ブロッコリーの海鮮サラダ チンゲン菜のクリーム煮 コンソメスープ	30	金	ロールパン ポークソーセージ チキントマトオムレツ スティックハッシュドポテト コンソメスープ	マグロの天ぷら 抹茶塩 小松菜のお浸し 南瓜と人参の胡麻まぶし みそ汁	チキンのオリブオイル焼 チンゲン菜のナムル じゃが芋のスープ煮 みそ汁

※ 都合により変更する場合があります。