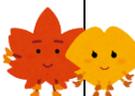


11月の献立表

—変更となる場合がございますがご了承ください—

★の付く日は食に関する記念日に由来した献立となっております 令和6年

日	月	火	水	木	金	土	
 <p>紅葉シーズンになりました。 朝晩の冷え込みが気になるようになりました。体温が下がると、体の免疫機能も低下します。 暖房の使用や衣服の着用で体温を保持することに加えて、 食事による熱産生で免疫力を高めることが風邪をひきにくい丈夫な体作りに繋がります。 秋の味覚を楽しみながら、冬に向けての準備をしましょう！</p>						1 ご飯 秋刀魚梅煮 茄子ワサビ和え 白菜くたくた煮 肉みそ 清まし汁 桃缶 ドームケーキ	2 ご飯 煮豚 青梗菜ゴマ塩和え さつま芋レモン煮 味噌汁 ダイスゼリー スイートポテト
3 秋の彩散らし ★ 大根マヨサラダ 枝豆がんも煮 赤だし みかん みかんの日	4 ご飯 チンジャオロース バンバンジー 白菜中華とろみ煮 卵スープ 杏仁豆腐	5 ご飯 鱈竜田揚げおろしソース アスパラカニマヨ和え 茄子煮びたし 豚汁 ミックスフルーツ	6 ゆかりご飯 きのこうどん 小松菜辛子和え 豚肉入り卵の花 洋梨缶 	7 ご飯 鶏味噌漬け焼き 春雨サラダ 高野煮 清まし汁 ブドウゼリー	8 エビフライカレー 盛り合わせサラダ マンゴー ミニどら焼き	9 ご飯 鮭のムニエル コールスローサラダ ラタトゥイユ パンプキンスープ パンナコッタ 黒糖饅頭	
抹茶饅頭	たい焼き	紅葉饅頭	ゆめパン	むらすずめ	ミニどら焼き	黒糖饅頭	
10 ご飯 牛玉あっさり煮 白菜ゆず和え 金平ごぼう かす汁 桃缶 焼きドーナツ	11 ご飯 ★ 豚となすのゴマ味噌炒め 南瓜サラダ 小松菜とあげ煮 かき玉汁 チーズの日 りんご	12 ご飯 鶏モモゆかり焼き 里芋明太和え インゲン田舎煮 味噌汁 紅茶ゼリー	13 サラダ巻き 稲荷寿司 スナップゴマドレ和え 茄子和風炒め 赤だし みかん缶	14 はらこ飯 ほうれん草菊花和え さつま芋甘煮 清まし汁 フルーツポンチ バナナカステラ	15 ご飯 昆布の日 ★ 肉豆腐 はりはり漬け 青梗菜エビ煮 味噌汁 チョコプリン ブチクレープ	16 ご飯 チキン南蛮 アスパラかか和え 蓮根と糸コン甘辛煮 味噌汁 あんみつ シフォンケーキ	
焼きドーナツ	バウムクーヘン	ミニワッフル	ゆめパン	バナナカステラ	ブチクレープ	シフォンケーキ	
17 栗ご飯 鱈照り焼き 小松菜五目和え 里芋そぼろ煮 味噌汁 桃ゼリー 	18 ご飯 酢鶏 もやしとゼンマイナムル ギョーザ 中華スープ 杏仁フルーツ	19 ご飯 ひじきコロッケ 胡瓜の酢の物 キャベツスープ煮 味噌汁 みかん缶	20 ご飯 ★ 豚とアスパラ炒め 青梗菜磯和え はんぺんピザ焼き ピザの日 味噌汁 南瓜ムース	21 梅じゃこご飯 かき揚げうどん スナップツナ和え 筑前煮 桃缶 	22 ビビンバ キムチの日 ★ きのこ中華和え インゲン甘辛煮 わかめスープ りんご りんごの日	23 赤飯 赤飯の日 ★ 鱈袖庵焼き 白菜甘酢和え おでん 清まし汁 抹茶あんムース	
今川焼き	栗カステラ饅頭	ミニたい焼き	抹茶しぐれ	カステラ	たまご饅頭	桃山	
24 きのご飯 ★ 鶏黒酢煮 ほうれん草かか和え 豆乳卵蒸し 和食の日 味噌汁 経節の日 洋梨缶	25 ご飯 鮭フライ和風タルタル ごぼう胡麻酢和え アスパラトマト煮 清まし汁 青リンゴゼリー	26 高菜ご飯 きつねうどん ピーマンツナ和え ミートボール甘酢あん ダイスゼリー	27 麦ごはん 鱈の塩焼き とろろ ひじき炒り煮 鶏汁 抹茶ようかん	28 ご飯 牛肉芋煮 いんげんナッツ和え ビーフン炒め 味噌汁 フルーチェ	29 ご飯 白身魚味噌煮 小松菜エノキ和え じゃが芋ベーコン炒め のっぺい汁 ヨーグルトムース カットロール	30 柚子香味散らし ぬた和え カブ白だし煮 赤だし 桃缶 薄皮パン	
クリームコンフェ	【手】クレープ	【手】クレープ	ブチケーキ	焼き芋	カットロール	薄皮パン	