

## 献立表

現 場：かわかみ荘

献立種類：普通食（個別献立 / A）

期 間：2024/11/1～2024/11/30

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
朝食						ご飯 みそ汁 タイみそ 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 梅びしを 牛乳
昼食						ご飯 南蛮漬 豚汁 ピーナッツ和え	ご飯 肉の甘辛炒め煮 キャベツおかか和え みかん
夕食						ご飯 目玉焼き 煮合わせ① ポテトサラダ	ご飯 豆腐の五目あんかけ 煮合わせ① きゅうりと缶詰の酢の物
3時						まんじゅう(手作り)	ラクーナ飲料 駄菓子
	3	4	5	6	7	8	9
朝食	ご飯 わかめのみそ汁 タイみそ 牛乳	ご飯 みそ汁 梅びしを 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 味付け海苔 牛乳	ご飯 さつま芋のみそ汁 いりこみそ 牛乳	ご飯 みそ汁 ゆずみそ 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 タイみそ 牛乳	ご飯 豆腐のみそ汁 海苔の佃煮 牛乳
昼食	味付けパン シチュー 目玉焼き ヨーグルト	肉そば みそマヨ和 ヨーグルト和え	ご飯 ホイル焼 豚汁 なます	ご飯 豆腐ハンバーグ けんちん汁 ごま和	かに飯 肉団子の酢豚風煮 かきたま汁 磯和え	炊き込み御飯 塩焼 煮大豆 ピーナッツ和え	カレーライス かぼちゃのサラダ ヨーグルト
夕食	ご飯 みそ煮 ひじきの煮物 かぶの酢物	ご飯 湯豆腐 野菜炒め もずくの酢物	ご飯 筑前煮 大学芋 わさび和え	ご飯 茶碗蒸し(うどん入り) 煮物(じゃがいも) もずくの酢物	ご飯 豆腐のみそ炒め 大根の煮物 きゅうりと缶詰の酢の物	ご飯 ぎせい豆腐 煮合わせ② スパゲティサラダ	ご飯 豆腐のみぞれ煮 かぶのみそ煮 ゆかり和
3時	ラクーナ飲料 駄菓子	ラクーナ飲料 ビスケット	スキムミルク まんじゅう	コーヒー牛乳 ふかし芋	しょうが湯 どら焼き	ホットカルピス ミニアンパン	ラクーナ飲料 ワッフル
	10	11	12	13	14	15	16
朝食	ご飯 さつま芋のみそ汁 ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 ゆずみそ 牛乳	ご飯 わかめのみそ汁 味付け海苔 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 ふりかけ 牛乳	ご飯 豆腐のみそ汁 梅びしを 牛乳	ご飯 みそ汁 ゆずみそ 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 ふりかけ 牛乳
昼食	ロールパン パンプキンスープ ベーコンエッグ ヨーグルト	さつま ふわふわ団子の唐揚げ お浸し バナナ	肉うどん かきあげ ヨーグルト和え	ご飯 お好み焼き きのこ青菜のソテー ポテトサラダ	親子丼 すまし汁 スパゲティサラダ みかん	おにぎり 焼肉 みかん	中華丼 すまし汁 ゆかり和 プリン
夕食	ご飯 しょうが煮 水晶昆布の煮物 中華和え	ご飯 オムレツ 大根の煮物 さやいんげんのゴマ和え	ご飯 カレー焼 煮合わせ① 卵の花和え	ご飯 かに玉 風呂吹大根 小松菜となめ茸の和え物	ご飯 すき焼き風煮 白和え カッテージチーズ和え	味噌雑炊 煮魚 煮浸し(白菜) ヨーグルト	ご飯 豆腐のみぞれ煮 かぶのあんかけ スパゲティサラダ
3時	ラクーナ飲料 ミニマフィン	レモンティ 蒸しパン	ホットカルピス 栗かすてら饅頭	しょうが湯 ふかし芋	飲むヨーグルト どら焼き	コーヒー牛乳 ミニマフィン	ヨーグルト しっとりプチケーキ
	17	18	19	20	21	22	23

朝食	ご飯 フのみそ汁 海苔の佃煮 牛乳	ご飯 さつまいのみそ汁 梅びしを 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 ゆずみそ 牛乳	ご飯 わかめのみそ汁 味付け海苔 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 タイみそ 牛乳	ご飯 里芋のみそ汁 芽株佃煮 牛乳
昼食	クリームパン コンソメスープ 炒り卵 シーチキンのサラダ	じゃこごはん 豆腐ステーキ すまし汁 かぼちゃのサラダ	ご飯 お好み焼き風卵焼き 豚汁 ピーナッツ和え	ご飯 魚の甘酢あんかけ じゃがと水晶昆布煮 酢みそ和	カレーライス キャベツおなか和え みかん	そばろ井 すまし汁 ポテトサラダ みかん	ご飯 豆腐のみそ炒め 煮合わせ① 春雨の酢物
夕食	ご飯 みそ煮 大根のそぼろ煮 錦糸和	ご飯 みそマヨネーズ焼 ひじきの煮物 ほうれん草となめ茸の和え物	ご飯 筑前煮 中華和え ヨーグルト和え	ご飯 炒り鶏 煮浸し マカロニサラダ	ご飯 プレーンオムレツ きんぴらごぼう かぶの酢物	ご飯 炒り豆腐 かぼちゃの煮物 たらこ和	ご飯 焼肉 大根とにんじんのきんぴら カツオ和
3時	ラクーナ飲料 駄菓子	ホットカルピス ミニアンパン	ラクーナ飲料 ホットケーキ	ラクーナ飲料 プリン	甘酒 まんじゅう	しょうが湯 ワッフル	ラクーナ飲料 ウエハース
	24	25	26	27	28	29	30
朝食	ご飯 みそ汁 ふりかけ 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 海苔の佃煮 牛乳	ご飯 豆腐のみそ汁 梅びしを 牛乳	ご飯 赤だしみそ汁 タイみそ 牛乳	ご飯 みそ汁 味付け海苔 牛乳	ご飯 フのみそ汁 ゆずみそ 牛乳
昼食	ホットケーキ シチュー ゆで卵のサラダ ヨーグルト	卵丼 すまし汁 中華和え ヨーグルト	散らし寿司 豚汁 煮合わせ① ゼリー	ご飯 魚のフライ すまし汁 かぶの酢物	焼そば ポテトサラダ バナナ	ご飯 からあげ(おろし煮) すまし汁 梅肉和え	ご飯 みそ焼肉 ひじきの煮物 なます
夕食	ご飯 魚のおろし煮 こんにゃくのいり煮 なめ茸の和え物	ご飯 ホイル焼 煮浸し なます	ご飯 湯豆腐 かぶの味噌煮 スパゲティサラダ	ご飯 すき焼き風煮 酢みそ和 りんごコンポート	ご飯 魚のおろし煮 春雨の卵とじ もずくの酢物	カレーライス かぶの酢物 ヨーグルト	ご飯 炒り豆腐 里芋の煮物 春雨サラダ
3時	ラクーナ飲料 駄菓子	ココア どら焼き	レモンティ チョコパン	ミルク コーヒー ビスコ	ホットみかん 駄菓子	しょうが湯 しっとりケーキ(プレーン)	ラクーナ飲料 どら焼き