

11月 予定献立表

箕面市立介護老人保健施設

	11月1日(金)	11月2日(土)	11月3日(日)	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)
朝食	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 ふりかけ	カスタードロール ささみと野菜のソテー フルーツ 牛乳	きのこ雑炊 味噌汁 しろなの和え物 漬物	ご飯 味噌汁 ウインナーとそら豆の炒め物 ふりかけ	ショコラツイスト ソーセージと野菜のソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじきの煮物 漬物	ミニ山シュガー オムレツ フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 ふりかけ
昼食	ご飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 小松菜の煮浸し カリフラワーのレモン和え	ご飯 味噌汁 さわらの香り漬け焼き 青梗菜のさっと煮 わかめの和え物	ご飯 すまし汁 豚肉の梅肉ソース 塩きんぴら オクラの和風和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の蜂蜜照焼き 炊き合わせ 卵豆腐	ご飯 味噌汁 ふくさ焼き 茄子の煮物 青梗菜の辛子和え	ご飯 すまし汁 赤魚の粕漬け焼き 大豆煮 ブロッコリーの錦糸和え	ご飯 味噌汁 鶏肉と野菜の炒め物 里芋の煮物 ほうれん草の香味和え	☆選択メニュー ポークカレー 又は シーフードカレー サラダ 杏仁豆腐
おやつ	ショコラマフィン リンゴジュース	抹茶饅頭 お茶	メープルプチケーキ レモンティー	小麦饅頭 お茶	焼きドーナツ(豆乳) ミルクティー	どら焼き お茶	酒饅頭 お茶	苺クレープ レモンティー
夕食	ご飯 中華スープ 牛肉のオイスター炒め ほうれん草焼売 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 肉団子の旨煮 アスパラの炒め物 白菜の和え物	ご飯 味噌汁 厚揚げと海老の炒め物 里芋のそぼろあん いんげんの和え物	ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 小松菜の炒め物 長芋の磯辺和え	ご飯 すまし汁 豚肉の和風炒め ふきの煮物 もやしの土佐酢和え	ご飯 メンチカツ さつま芋のレモン煮 しろなのしらす和え ヨーグルト	ご飯 すまし汁 ホキの黄金焼き しらたきのたらこ炒め 白菜のお浸し	ご飯 味噌汁 太刀魚の葱焼き キャベツの炒め物 きゅうりのゆかり和え

	11月9日(土)	11月10日(日)	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)
朝食	抹茶ツイスト ハムと野菜のソテー フルーツ 牛乳	カニ雑炊 味噌汁 カリフラワーの和え物 漬物	ご飯 味噌汁 竹輪の炒め煮 ふりかけ	メロンパン ポテトサラダ フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 ベーコンといんげんの炒め物 漬物	ストロベリーツイスト ソーセージとそら豆のソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 ふりかけ
昼食	ご飯 味噌汁 メバルのあんかけ 高野豆腐の卵とじ いんげんのピーナッツ和え	ご飯 すまし汁 肉豆腐 もやしの炒め物 えんどうのツナ和え	ご飯 味噌汁 カレーの照り煮 ビーフン炒め 菜の花のくるみ和え	☆特別食 海鮮ばら寿司 茶碗蒸し フルーツ	ご飯 すまし汁 鶏肉のピリ辛炒め 大根の田楽 しろなの和え物	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 焼き餃子 オクラの中華和え	ご飯 味噌汁 鮭の焼き浸し ふきのきんぴら きゅうりのマヨ和え
おやつ	うさぎ饅頭 お茶	柔らか大福 お茶	カスタードプチシュー オレンジジュース	もみじ饅頭 お茶	ベビーあんドーナツ ミルクティー	鯛焼きクリーム お茶	パンケーキ(メープル) ジョア
夕食	ご飯 すまし汁 鶏肉のケチャップ焼き かぼちゃの煮物 大根の和風和え	ご飯 味噌汁 ぶりの漬け焼き いか団子の煮物 小松菜の胡麻和え	ご飯 すまし汁 豚肉の生姜焼き 茶巾湯葉の煮物 ブロッコリーのおかか和え	ご飯 味噌汁 肉団子の甘酢あん ほうれん草のさっと煮 白菜の昆布和え	ご飯 ポタージュ たらのパン粉焼き 野菜のコンソメ煮 サラダ	ご飯 味噌汁 豚肉のぽん酢炒め ごぼうの煮物 アスパラの柚子和え	ご飯 すまし汁 鶏じゃが はんぺんのチーズ焼き 青梗菜の和え物



※予定献立のため、都合により
変更する場合がございます。
※献立についてのご質問等が
ありましたら下記までご連絡下さい。

管理栄養士 井上
(072-727-9530)



	11月16日(土)	11月17日(日)	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)
朝食	ショコラロール スクランブルエッグ フルーツ 牛乳	さつま芋雑炊 味噌汁 白菜のおかか和え 漬物	ご飯 味噌汁 ウインナーと野菜の炒め物 ふりかけ	シュガーバターコッペ ジャーマンポテト フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 海老とピーマンの炒め物 漬物	黒糖ツイスト ツナと野菜のソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 ふりかけ	カスタードロール ハムと野菜のソテー フルーツ 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 厚揚げと野菜の炒め物 かぼちゃのいとこ煮 なすの胡麻酢和え	ゆかりご飯(小) 醤油ラーメン きゅうりのナムル フルーツ	ご飯 味噌汁 ホキのしそ風味焼き ひじきの炒め煮 トマトサラダ	ご飯 オニオンスープ 鶏肉のマスタード焼き いんげんのソテー フレンチサラダ	そばろ井 味噌汁 豆腐真丈の煮物 ブロッコリーの和え物	ご飯 すまし汁 めばるの煮付け アスパラの炒め物 キャベツのおかか和え	ご飯 味噌汁 干草焼き 大根の煮物 ほうれん草のお浸し	ご飯 コーンスープ ロールキャベツ 菜の花のソテー カリフラワーの和え物
おやつ	秋の姫(季節の和菓子) お茶	パナナカステラ お茶	エクレア レモンティー	牛乳ケーキ マスカットジュース	今川焼(抹茶) お茶	チョコクレープ ミルクティー	レアチーズケーキ(抹茶) レモンティー	黒糖饅頭 お茶
夕食	ご飯 すまし汁 赤魚の煮付け えんどうの炒め物 キャベツの和え物	ご飯 味噌汁 ほっけのみりん焼き 豆腐のトロトロ煮 小松菜の磯辺和え	ご飯 すまし汁 豚肉の玉ねぎソース 里芋の煮物 しろなの錦糸和え	ご飯 味噌汁 白身魚のバター醤油焼き 青梗菜の煮浸し もやしの柚子和え	ご飯 すまし汁 さわらのあんかけ ごぼうの炒め煮 春雨の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩麴焼き つみれの煮物 春菊の和え物	ご飯 厚揚げの和風炒め さつま芋の煮物 いんげんの胡麻和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁 白身魚フライ 炒り豆腐 なめ茸和え

	11月24日(日)	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)
朝食	鮭雑炊 味噌汁 小松菜の和え物 漬物	ご飯 味噌汁 竹輪の炒め煮 ふりかけ	ショコラツイスト ソーセージといんげんのソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 漬物	ミニ山シュガー ベーコンと野菜のソテー フルーツ 牛乳	ご飯 味噌汁 昆布豆 ふりかけ	抹茶ツイスト コンソメ煮 フルーツ 牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 たらの西京焼き 茄子のぽん酢炒め オクラの香味和え	菜飯(小) かき揚げうどん もやしの炒め物 きゅうりの和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のレモン醤油焼き かぶの煮物 小松菜の和え物	ご飯 コーンスープ 具たくさんオムレツ ほうれん草のソテー シーザーサラダ	☆選択メニュー ハンバーグ 又は アジフライ ご飯・ピーマンの炒め物 冷奴	ご飯 味噌汁 さばの煮付け いんげんの炒め物 カリフラワーの和え物	ご飯 すまし汁 魚介と卵の炒め物 炊き合わせ 菜の花のお浸し
おやつ	☆誕生日会 さつま芋ケーキ・コーヒー	吹雪饅頭 お茶	お茶饅頭 お茶	ドームケーキ リンゴジュース	カステラ お茶	パウムクーヘン ミルクティー	ミルク饅頭 お茶
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉のネギ塩炒め しろなのさっと煮 長芋の酢の物	ご飯 すまし汁 ぶりの照り煮 厚揚げの香味醤油 えんどうの和え物	ご飯 味噌汁 擬製豆腐 えび団子の煮物 ブロッコリーの和え物	ご飯 味噌汁 白身魚の柚子胡椒焼き しらたきの炒め煮 アスパラのおかか和え	ご飯 中華スープ 八宝菜 カニ焼売 ナムル	ご飯 すまし汁 鶏肉の利休焼き 里芋の田楽 しろなの和え物	ご飯 味噌汁 肉団子のケチャップ煮 キャベツの炒め物 柚子大根