

献立表

現 場：リビングかずほ
期 間：2020/11/1～2020/11/1

	月	火	水	木	金	土	日
							1
朝食							パン スパゲティサ ラダ バナナ 牛乳/コーヒー
昼食							炊き込みご飯 鶏天うどん レンコンの金平 もずく酢 ゼリー (りんご)
夕食							ごはん サマの塩焼き さつま芋の煮物 ブロッコリー のマヨサラダ 味噌汁

献立表

現 場：リビングかずほ
 期 間：2020/11/2～2020/11/8

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8
朝食	パン ベーコンソテー 白桃缶 牛乳/コーヒー	ごはん がんもの煮物 オクラの和え物 味噌汁	パン かぼちゃのコンソメ煮 ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン 大豆サラダ バナナ 牛乳/コーヒー	ごはん 大根の旨煮 しろ菜の煮浸し 味噌汁	ホットケーキ ポテトサラダ みかん缶 牛乳/コーヒー	パン 肉団子のコンソメ煮 バナナ 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん メバルの煮付け 長芋のから揚げ インゲンのごま和え 味噌汁	ごはん 牛肉のスタミナ炒め 茄子田楽 ほうれん草のお浸し すまし汁	ごはん 海鮮クリームシチュー ミートボール ツナサラダ(シーザードレ) パイン缶	ごはん かつらの西京焼き 竹輪と野菜の煮物 チンゲンサイの柚子和え すまし汁	散らし寿司 野菜かき揚げ オクラの梅和え けんちん汁	ごはん サケの塩焼き はんぺんの磯辺揚げ 胡瓜の酢味噌和え すまし汁	☆コース料理☆
夕食	ごはん 酢豚 チンゲンサイの煮浸し 胡瓜の青じそドレ和え 中華スープ	ごはん タチウオの梅煮 南瓜と鶏肉の炒め物 大根のカニ和え 味噌汁	ごはん 豚の生姜焼き ひじき豆 白菜のポン酢和え 味噌汁	ごはん 牛肉コロッケ・サチーフライ 小松菜の煮浸し 春雨サラダ 味噌汁	ごはん 鶏の照り焼き きのこソテー スパゲティサラダ 味噌汁	ごはん メンチカツ ほうれん草のソテー ブロッコリーのごまドレ和え 味噌汁	ごはん サバの煮付け 金平ごぼう ふきのおかか 和え 味噌汁

献立表

現 場：リビングかずほ
期 間：2020/11/9～2020/11/15

	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14	日 15
朝食	パン マカロニサラダ 白桃缶 牛乳/コーヒー	ごはん 麩の卵とじ ほうれん草のお浸し 味噌汁	パン スパゲティサラダ ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン 白菜の華風和え バナナ 牛乳/コーヒー	ごはん 出し巻き玉子 菜の花の湯葉和え 味噌汁	菓子パン 南瓜サラダ みかん缶 牛乳/コーヒー	パン ウィンナーソーテー フルーツ(ナシ) 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん 鶏のネギソースかけ 南瓜の煮物 チゲサイナムル もずくスープ	カレーライス エビフライ きのこサラダ(デリシャス) りんごのコンポート	ごはん アカオの煮付け じゃこピーマン キャベツの錦糸和え 味噌汁	ごはん 変わり揚げ 五目大豆の煮物 キャベツと鶏ささみの胡麻サラダ すまし汁	たらこふりかけごはん 醤油ラーメン しゅうまい チンゲンサイの和え物 ゼリー(オレンジ)	ごはん 白身魚のチリソース 小松菜の甘辛炒め トマトサラダ すまし汁	ごはん 豚肉ときのこのソテー 大根とエビの中華煮 もやしの和え物 味噌汁
夕食	ごはん ホッケの焼き浸し 高野の煮つけ 春菊の湯葉和え 味噌汁	ごはん カレイの山椒焼き 里芋のそぼろ煮 小松菜の和え物 味噌汁	ごはん 和風ハンバーグ ごぼうの炒め煮 カリフラワーのツマヨ和え コンソメスープ	ごはん タチウオの塩焼き タケノコの中華炒め 紅白なます 味噌汁	ごはん 牛肉のオイスター炒め さつまいもの甘煮 オクラのなめ茸和え すまし汁	ごはん 鶏の塩こうじ漬け焼き 糸コンのたらこ炒め 春菊の柚子和え 味噌汁	ごはん スズキの香味焼き 茄子とハンペンの煮物 ほうれん草の白和え すまし汁

献立表

現 場：リビングかずほ
期 間：2020/11/16～2020/11/22

	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21	日 22
朝食	パン さつま芋のク リーム煮 白桃缶 牛乳/コーヒー	ごはん 厚揚げの煮物 いんげんごま和え 味噌汁	パン 大豆サラダ ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン カニカマサラダ フルーツ (カクテル) 牛乳/コーヒー	ごはん 焼き豚のソテー しろ菜の煮びたし 味噌汁	ホットケーキ ポテトサラダ みかん缶 牛乳/コーヒー	パン マカロニサラダ 洋梨缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん カレイの塩焼き アスパラの炒 め物 ブロッコリー のカニ和え 味噌汁	ごはん 鶏肉の旨煮 スナップエン ドウの中華炒 白菜の甘酢和え すまし汁	鮭わかめごはん 焼きそば 豆腐と茄子の 揚げ浸し 里芋のごま味 噌和え ようかん	ごはん チンジャオロース 高野豆腐の玉 子とじ 長芋とオクラ の和え物 すまし汁	オムライス 肉団子のクリ ーム煮 ブロッコリーサ ラダ (デリシャス) コンソメスープ	ごはん 鶏肉の生姜煮 かフラワーとベー コンのソテー チゲンサイの錦 糸和え 味噌汁	ごはん タラのムニエル コロツケ インゲンの汁 和え(ごまドレ) すまし汁
夕食	ごはん マーボー豆腐 焼き餃子 南瓜サラダ 中華スープ	ごはん エビマヨ 人参と竹輪の金平 ピーマンのご ま昆布和え 味噌汁	ごはん サバの味噌煮 根菜のかつお炒め 大根とえびの 青じそ和え すまし汁	ごはん おでん ひじき煮 きゅうりの 酢の物 味噌汁	ごはん サケの塩こう じ漬け焼き キャベツとは んぺんの炒め もやしの梅か つお和え 味噌汁	ごはん 八宝菜 しゅうまい ほうれん草の 磯辺和え すまし汁	ごはん 豚じゃが 小松菜と竹輪 の炒め物 オクラの生姜 醤油和え すまし汁

献立表

現期 場：リビングかずほ
間：2020/11/23～2020/11/29

	月 23	火 24	水 25	木 26	金 27	土 28	日 29
朝食	パン ベーコンソテー 黄桃缶 牛乳/コーヒー	ごはん 厚揚げの煮物 春菊の煮浸し 味噌汁	パン 南瓜サラダ ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン スパゲティサラダ バナナ 牛乳/コーヒー	ごはん 出し巻き玉子 ほうれん草のお かか和え 味噌汁	菓子パン 大豆サラダ みかん缶 牛乳/コーヒー	パン 肉団子のコンソ メ煮 バナナ 牛乳/コーヒー
昼食	牛丼 茄子とピーマン の炒め物 白菜の昆布和え 味噌汁 いちごゼリー	ごはん アカ材の塩焼き 肉団子煮 オクラの香味和 風和え 味噌汁	ごはん 鶏の唐揚げ 冬瓜と厚揚げの 煮物 枝豆サラダ (シーザード) 味噌汁	ごはん エビチリ ジャーマンポテト 春雨とかにかまの 中華和え フルーツポンチ	ごはん アジの南蛮漬け ブロッコリーと焼 き豚の炒め物 もやしの和え物 味噌汁	ごはん すき焼き煮 アスパラソテー 青菜としめじの柚 子和え 味噌汁	☆お誕生会☆ ごはん お造り 天ぷら 卵豆腐 赤だし フルーツ(キウ イ・りんご)
夕食	ごはん タチウオの煮付け ごぼうと鶏の炒め 物 切干大根の和え物 (デリシャス) 味噌汁	ごはん 豚肉の味噌マヨ焼 き 長芋の白煮 キャベツのしその 実あえ すまし汁	ごはん サンマの照り煮 大学芋 アスパラのツナ和 え すまし汁	ごはん 牛肉の薬味炒め 海鮮団子の煮物 白菜のサラダ 梅ドレ ッシング 味噌汁	ごはん 鶏肉のポン酢炒め 炊き合わせ チゲンサイのナムル すまし汁	ごはん サワラの塩焼き 冬瓜のあんかけ 胡瓜の酢の物 かき玉汁	ごはん カレーの煮付け カリフラワーのそ ぼろ炒め 小松菜の和え物 (デリシャス) すまし汁

献立表

現期 場：リビングかずほ
間：2020/11/30～2020/11/30

	月	火	水	木	金	土	日
	30						
朝食	パン じゃが芋の クリーム煮 白桃缶 牛乳/コーヒー						
昼食	ごはん 魚コロッケ ほうれん草の じゃこ炒め オクラときゅ うりの酢の物 すまし汁						
夕食	ごはん 鶏肉と根菜の 煮物 竹輪の磯辺揚 げ ふきのおかか あえ 味噌汁						