





献立表

こもね在宅サービスセンター

※都合により、変更になる場合があります。

2018年11月

月	火	水	木	金	土	
				1日 ご飯 コンソメスープ ほきのピザ風味焼き もやしソテー ポテトサラダ 黄桃のコンポート 青しその実漬 パイ饅頭	2日 ご飯 味噌汁 鶏の唐揚げ 花野菜のガーリックソテー コールスロー オレンジ 千切沢庵 おはぎ(きなこ)	3日 ご飯 味噌汁 かに入り卵焼き和風あんかけ ごぼうの甘辛炒め 小松菜のからし和え バナナとみかん しば漬け シュークリーム
5日 麦ご飯 中華スープ 豚肉と野菜のオイスター炒め 海鮮シュウマイ 春雨サラダ マンゴー ザーサイ ピーチゼリー	6日 ご飯 お吸い物 さばの塩焼き かぶの味噌煮 白菜のゆかり和え はちみつヨーグルト 高菜付け チョコパイ	7日 お祝い膳	8日 ご飯 味噌汁 千草焼き 豆腐の星くず煮 三色ナムル 黄桃と白桃 胡瓜漬け たい焼き	9日 ご飯 お吸い物 ちゃんぽん風炒め 大根の土佐煮 南瓜サラダ 抹茶ムース 赤しその実 スイスロール(珈琲)	10日 ご飯 味噌汁 鱈の竜田揚げ ぜんまい煮 ほうれん草の和え物 マンゴー・パイ しば漬け そば饅頭	
12日 ご飯 パンプキンスープ 煮込みハンバーグ カリフラワーソテー フレンチサラダ ヨーグルト(苺ソース) 青しその実漬 カスタードケーキ	13日 ご飯 コンソメスープ 鶏肉のカレー風味焼き マカロニのケチャップソテー チーズサラダ バナナとみかん 千切沢庵 肉まん	14日 ご飯 中華スープ 八宝菜 肉しゅうまい 中華サラダ 杏仁フルーツ ザーサイ バナナクレープ	15日 麦ご飯 味噌汁 揚げ豆腐のきのこあんかけ 切干大根の炒め物 小松菜の和え物 洋梨とりんご 桜大根 白い風船	16日 ご飯 お吸い物 さばの味噌煮 ひじきと大豆の煮物 かぶの塩昆布和え パイとマンゴー 高菜漬け フルーチェ(苺)	17日 ご飯 コンソメスープ チキンのクリームソースかけ 彩りきのコンソテー グリーンサラダ みかんとメロン 赤しその実漬 ドームケーキ(チョコ)	
19日 ご飯 味噌汁 海老カツ・帆立風フライ ほうれん草ベーコン炒め もやしの青じそ和え フルーチェ(りんご) 千切沢庵 たこ焼き	20日 郷土料理	21日 ご飯 味噌汁 白身魚のバター醤油焼き 大根と揚げの煮物 小松菜のごま和え バナナと黄桃 しば漬け 吹雪饅頭	22日 ご飯 コンソメスープ 鶏肉のチーズ焼き ポテトのトマト煮 イタリアンサラダ ヨーグルト(苺ソース) 杏仁豆腐 ザーサイ 赤しその実 どら焼き(カスタード)	23日 ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 焼きビーフン 青梗菜のナムル 杏仁豆腐 ザーサイ チョコクッキーとバームロール	24日 ご飯 お吸い物 チキンカツ カリフラワーとあさりのコンソメ煮 ひじきの豆サラダ キウイフルーツ 桜大根 ようかん(紫芋)	
26日 わかめご飯 お吸い物 松風焼き 里芋の煮物 キャベツの生姜和え 黄桃と洋梨 しば漬け スイスロール(バニラ)	27日 ご飯 味噌汁 ぶり大根 南瓜の煮物 小松菜のお浸し 桃ミックス 高菜漬け かりんとうドーナツ	28日 ご飯 味噌汁 牛皿 えびとキャベツの炒め物 エンドウのサラダ パイとみかん 青しその実 マスカットゼリー	29日 ご飯 味噌汁 たらの南蛮漬け 鶏肉とごぼうの旨煮 ほうれん草のピーナッツ和え りんごのコンポート 千切沢庵 黒糖饅頭	30日 チキンカレー コンソメスープ もやしの彩りソテー ツナサラダ オレンジ 和のパンケーキ(抹茶)	