



平成27年度 11月の献立表

☆ 主食は、毎日つきます
おじや・雑炊・うどん以外の日は、おかゆがつきます
☆ ●印は鶏卵、▲印は乳製品が含まれていることを表しています
☆ 果物は、毎日つきます
☆ 食パンは、卵を使っていません

日	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)	16 (月)
献立名	① 雑炊 ② さつまいもの甘煮 ③ 炒り卵	文化の日	① ささ身マッシュ ② 野菜の煮つけ ③ マッシュポテト ④ キャベツのスープ	① 白身魚の煮つけ ② じゃがいもの煮物 ③ 人参のコロコロ煮 ④ みそ汁	① 豆腐の煮つけ ② 野菜の煮物 ③ ほうれん草のペースト ④ みそ汁	① おじや ② かぼちゃの甘煮 ③ 魚団子	① 煮込みうどん ② マッシュポテト ③ 豆腐の煮つけ	① ゆで卵 ② スパゲッティのスープ煮 ③ 野菜スティック ④ みそ汁	① ささ身マッシュ ② ビーフンのスープ煮 ③ 野菜の煮物 ④ みそ汁	① 豆腐の煮つけ ② 野菜の煮物 ③ パブリカのスープ煮 ④ みそ汁	① さわらの煮つけ ② じゃがいもの煮物 ③ 人参のコロコロ煮 ④ みそ汁	① 雑炊 ② マッシュポテト ③ ス克蘭ブルエッグ	① おじや ② さつまいもの甘煮 ③ 豆腐の煮つけ
材 料	① 米 玉ねぎ 人参 ② さつまいも ③ ● 卵		① ささ身 ② 玉ねぎ 人参 ③ じゃがいも グリーンピース ④ キャベツ	① めんたい ② じゃがいも 玉ねぎ ピーマン ③ 人参 ④ キャベツ ねぎ みそ	① 豆腐 ② 人参 玉ねぎ ③ ほうれん草 ④ さつまいも ふ ねぎ みそ	① 米 人参 玉ねぎ キャベツ ② かぼちゃ ③ たらすり身	① うどん 玉ねぎ キャベツ ② じゃがいも ③ 豆腐	① ● 卵 ② スパゲッティ ③ 人参 いんげん きゅうり ④ 玉ねぎ ねぎ みそ	① ささ身 ② ビーフン ③ 白菜 人参 玉ねぎ ④ じゃがいも ねぎ みそ	① 豆腐 ② 玉ねぎ 人参 ③ 赤パブリカ 黄パブリカ 緑パブリカ ④ キャベツ ねぎ みそ	① さわら ② じゃがいも いんげん ③ 人参 ④ 大根 ふ ねぎ みそ	① 米 玉ねぎ 人参 キャベツ ② じゃがいも ③ ● 卵	① 米 人参 玉ねぎ 白菜 ② さつまいも ③ 豆腐
おやつ	① オレンジ		① みかん	① バナナ	① りんごの甘煮	① せんべい	① 人参入りおかゆ	① きな粉がゆ	① せんべい	① ふかしいも	① りんごの甘煮	① せんべい	① パンがゆ
材 料	① オレンジ		① みかん	① バナナ	① りんご	① もち米	① 米 人参	① ▲ 食パン きな粉	① もち米	① さつまいも	① りんご	① もち米	① ▲ 食パン ▲ 粉乳

日	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)	23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)	30 (月)	
献立名	① 卵豆腐 ② 野菜のコロコロ煮 ③ マッシュポテト ④ カリフラワーのスープ	① ささ身マッシュ ② 野菜スティック ③ キャベツのスープ煮 ④ みそ汁	① 大豆マッシュ ② じゃがいもの煮物 ③ ほうれん草のスープ煮 ④ みそ汁	① 魚団子 ② 白菜の煮物 ③ 玉ねぎのスープ煮 ④ みそ汁	① 煮込みうどん ② さつまいもの甘煮 ③ ゆで卵	勤労感謝の日	① 炒り卵 ② ひじきのスープ煮 ③ 野菜の煮物 ④ みそ汁	① 白身魚の煮つけ ② 野菜の煮物 ③ さつまいもの甘煮 ④ みそ汁	① 白身魚の煮つけ ② 野菜の煮物 ③ さつまいもの甘煮 ④ みそ汁	① ささ身マッシュ ② 白菜の煮物 ③ マッシュポテト ④ 玉ねぎのスープ	① 豆腐の煮つけ ② 切干大根のスープ煮 ③ 野菜の煮物 ④ みそ汁	① 雑炊 ② マッシュポテト ③ 魚団子	① 煮込みうどん ② かぼちゃの煮つけ ③ 卵豆腐
材 料	① ● 卵 ② 玉ねぎ 人参 ③ じゃがいも ④ カリフラワー	① ささ身 ② 人参 きゅうり ③ キャベツ ④ 白菜 ふ ねぎ みそ	① 大豆 ② じゃがいも 人参 玉ねぎ ③ ほうれん草 ④ 大根 ねぎ みそ	① たらすり身 グリーンピース ② 白菜 人参 ③ 玉ねぎ ④ かぼちゃ ねぎ みそ	① うどん 玉ねぎ 人参 ② さつまいも ③ ● 卵		① ● 卵 ② ひじき ③ 人参 いんげん ④ かぼちゃ ねぎ みそ	① めんたい ② キャベツ 人参 大根 ③ さつまいも ④ 白菜 ねぎ みそ	① ささ身 ② 白菜 人参 ③ じゃがいも ④ 玉ねぎ	① 豆腐 ② 切干大根 ③ 人参 いんげん ④ 玉ねぎ ねぎ みそ	① 米 玉ねぎ 人参 ② じゃがいも ③ たらすり身		① うどん 玉ねぎ 人参 ② かぼちゃ グリーンピース ③ ● 卵
おやつ	① マカロニのきな粉煮	① フルーツヨーグルト	① バナナ	① りんごの甘煮	① せんべい		① りんご入りパンがゆ	① みかん	① オレンジ	① バナナ	① せんべい	① ほうれん草入りおかゆ	
材 料	① マカロニ きな粉	① ▲ ヨーグルト もも缶 みかん缶	① バナナ	① りんご	① もち米		① ▲ 食パン りんご	① みかん	① オレンジ	① バナナ	① もち米	① 米 ほうれん草	