

2024年11月



山水園 献立表



	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)
朝食	御飯 野菜炒め ポテトサラダ みそ汁(白菜・油揚げ) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げと里芋の煮物 小松菜のお浸し みそ汁(畑菜・玉ねぎ) カルシウム牛乳	中華粥 黒酢の肉団子 カルシウム牛乳	御飯 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草の和え物 みそ汁(うまい菜・えのき) カルシウム牛乳	食パン ウィンナーと白菜のコンソメ煮 カリフラワーサラダ カルシウム牛乳	御飯 納豆 大根きんぴら みそ汁(ほうれん草・えのき) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げとかぶの煮物 青菜のお浸し みそ汁(キャベツ・しめじ) カルシウム牛乳
昼食	御飯 焼き肉 ひじきの煮物 みそ汁(卵・葱) フルーツ缶(りんご)	御飯 白身魚のムニエル タルタルソース ハムともやしのソテー コンソメスープ(ほうれん草・椎茸) フルーツ缶(マンゴー)	たいめいけん特製ハヤシライス スペイン風オムレツ ジョア	御飯 めぬけの煮付け ごぼうの甘辛炒め みそ汁(南瓜・豆苗) 杏仁ムース	御飯 鶏肉のケチャップ焼き マカロニサラダ コンソメスープ(レタス・コーン) フルーツ缶(黄桃)	御飯 豚肉のポン酢炒め 里芋の煮っころがし みそ汁(白菜・葱) フルーツ(オレンジ)	御飯 肉豆腐 温泉卵 みそ汁(冬瓜・椎茸) フルーツ缶(パイナップル)
おやつ	今川焼きカスタード	シュークリーム	マスカットゼリー	クレープ	ココアワッフル	グレープゼリー	黒糖饅頭
夕食	御飯 かれいのおろし煮 青梗菜の青じそ和え みそ汁(豆腐・絹さや)	御飯 豚肉のみそ漬け焼き かぶのくず煮 お吸物(素麺・貝割れ)	焼き豚ごはん 温泉卵 オクラおろし和え きなこプリン	御飯 中華風卵焼き 甘酢あん 焼きビーフン 中華スープ(冬瓜・椎茸)	御飯 めばるの香味焼き 大豆と昆布の煮物 みそ汁(玉葱・貝割れ)	麦ご飯 かれいの山椒煮 鶏とごぼうの甘辛炒め お吸物(野菜つみれ・水菜)	御飯 たら粕漬け焼き なすの味噌炒め お吸物(はんぺん・みつ葉)

山水園

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	11月8日(金)	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)
朝食	御飯 炒り卵 オクラのなめたけ和え みそ汁(若芽・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 いんげんのくるみ和え みそ汁(しろ菜・えのき) カルシウム牛乳	御飯 炒り豆腐 キャベツとしらすの生姜和え みそ汁(うまい菜・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 がんもの煮物 ブロッコリーの和風ドレッシング和え みそ汁(ほうれん草・椎茸) カルシウム牛乳	御飯 凍り豆腐の卵とじ 青菜のポン酢和え みそ汁(南瓜・葱) カルシウム牛乳	御飯 肉団子の煮物 春菊のおかか和え みそ汁(里芋・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げの甘辛煮 いんげんのごま醤油和え みそ汁(南瓜・葱) カルシウム牛乳
昼食	御飯 鮭の漬け焼き ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(さつま芋・豆苗) フルーツ缶(みかん)	麦ご飯 牛肉のオイスター炒め 春雨サラダ 中華かき玉汁 フルーツ缶(白桃)	御飯 赤魚の柚庵焼き ポテトサラダ お吸物(はんぺん・かぶ葉) フルーツ缶(カクテル)	御飯 白身魚の七味焼き ぜんまい煮 みそ汁(さつま芋・豆苗) フルーツ缶(マンゴー)	ちゃんぽん カニ焼売 フルーツ缶(黄桃)	～非常食訓練～ 常食・ソフト食 安心米(白がゆ) 煮込みハンバーグ コーンスープ 嚙下食 補助食品	★茨城県郷土料理★ さつま芋ご飯 とり天と蓮根はさみ揚げ オクラ納豆 みそ汁(豆腐・若芽) みかんムース
おやつ	ドームケーキチョコ	黒糖まんじゅう	おせんべい	ワッフル	カスタードケーキ	グレープゼリー	練り切り
夕食	御飯 回鍋肉 肉焼売 中華スープ(なると・椎茸)	御飯 あじの照り煮 かぼちゃのそぼろあんかけ みそ汁(かぶ・かぶの葉)	御飯 ふくさ焼き かぶの塩昆布和え みそ汁(なす・貝割れ)	御飯 カニクリームっコロッケ 野菜サラダ コンソメスープ(キャベツ・人参)	御飯 チキンカツ ブロッコリーのマヨサラダ みそ汁(うずまさ麩・貝割れ菜)	御飯 さばのカレー風味焼き 切干大根の炒め煮 みそ汁(青菜・もやし)	御飯 豚肉のにんにく醤油炒め きゅうりの酢の物 みそ汁(小松菜・うずまさ麩)

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	11月15日(金)	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)
朝食	御飯 柚子おろし肉団子 青菜のおかか和え みそ汁(キャベツ・油揚げ) カルシウム牛乳	御飯 ウインナーソテー 小松菜のおかか和え みそ汁(もやし・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 車麩の卵とし 春菊の和え物 みそ汁(里芋・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 大根の柚子風味和え みそ汁(畑菜・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの炒め煮 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(小松菜・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 豆腐のそぼろ煮 オクラの生姜和え みそ汁(さつま芋・葱) カルシウム牛乳	御飯 肉団子の煮物 ほうれん草のごま和え みそ汁(もやし・若芽) カルシウム牛乳
昼食	ゴマパン・バターロール ホワイトシチュー カリフラワーのピクルス フルーツ缶(パイン)	御飯 鶏肉の葱塩炒め 竹輪とごぼうの旨煮 みそ汁(じゃが芋・椎茸) フルーツ缶(洋梨)	御飯 さばの味噌煮 レンコンきんぴら お吸物(素麺・豆苗) フルーツ缶(りんご)	御飯 松風焼き じゃが芋の煮物 お吸物(蒲鉾・かぶの葉) フルーツ(オレンジ)	御飯 鮭のバター醤油焼き コールスローサラダ みそ汁(卵・貝割れ) フルーツ缶(白桃)	御飯 ハニーチキン スパゲティサラダ コンソメスープ(玉葱・アスパラ) フルーツ缶(黄桃)	麦ご飯 白身魚の和風ムニエル 大根とさつま揚げの煮物 みそ汁(白菜・油揚げ) 季節の果物(りんご)
おやつ	芋ようかん	そばまんじゅう	ドームケーキ(カスタード)	たい焼き	レアチーズ風ムース	杏仁豆腐	ライチゼリー
夕食	御飯 さばのみりん焼き ひじきの煮物 みそ汁(白菜・しめじ)	麦ご飯 ほきのマヨネーズ焼き いんげんのくるみ和え みそ汁(かぶ・かぶの葉)	御飯 鶏肉のカレー風味焼き マカロニのケチャップソテー コンソメスープ(玉葱・人参)	麦ご飯 ぶりの煮付け いんげんそぼろ炒め みそ汁(うまい菜・えのき)	御飯 豚肉と野菜の中華炒め カリフラワーの中華和え 中華スープ(冬瓜・椎茸)	御飯 かれいのおろし煮 茄子のみそ炒め お吸物(はんぺん・三つ葉)	御飯 トンテキ かぶのコンソメ煮 みそ汁(じゃが芋・豆苗)

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	11月22日(金)	11月23日(土)	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)
朝食	ロールパン2種 ウインナーと野菜のトマト煮 ブロッコリーとツナのサラダ カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め 小松菜の和え物 みそ汁(南瓜・絹さや) カルシウム牛乳	御飯 いわしの蒲焼き 大根のごま醤油和え みそ汁(玉葱・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 がんもの煮物 青梗菜のお浸し みそ汁(里芋・三つ葉) カルシウム牛乳	御飯 納豆 しろ菜と厚揚げの煮浸し みそ汁(大根・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 オムレツ ケチャップ キャベツサラダ みそ汁(じゃが芋・いんげん) カルシウム牛乳	御飯 魚肉ソーセージとピーマンの炒め煮 ほうれん草のお浸し みそ汁(おつゆ麩・若芽) カルシウム牛乳
昼食	中華丼 焼きビーフン 中華スープ(冬瓜・大根葉) フルーツ缶(マンゴー)	【勤労感謝の日】 鮭の親子丼 茄子のそぼろ煮 きのこの秋香汁 フルーツ缶(白桃)	御飯 ほきのトマトソース ピクルス コンソメスープ(玉葱・コーン) フルーツ缶(りんご)	御飯 牛肉のしぐれ煮 ツナともやしの炒め物 みそ汁(白菜・人参) フルーツ(オレンジ)	肉うどん ちくわの磯辺揚げ フルーツ缶(パイン)	麦ご飯 鶏肉の柚子しょうゆソース ごぼうの炒り煮 みそ汁(かぶ・豆苗) フルーツ缶(みかん)	御飯 白身魚の照り焼き 肉じゃが みそ汁(うまい菜・椎茸) フルーツ缶(カクテル)
おやつ	練り切り	苺のロールケーキ	おせんべい	味噌まんじゅう	豆乳ウエハース	カスタードどら焼き	チョコクレープ
夕食	御飯 白身魚のフライ もやしの和え物 みそ汁(ほうれん菜・えのき)	御飯 千草焼き 和風あん 冬瓜の煮物 みそ汁(豆腐・水菜)	御飯 鶏肉の塩麩焼き さつまいもサラダ みそ汁(キャベツ・豆苗)	御飯 めばるの生姜煮 豚肉と茄子のみそ炒め お吸物(はんぺん・葱)	御飯 鶏肉の味噌焼き カリフラワーのゆかり和え お吸物(はんぺん・ねぎ)	御飯 豆腐ハンバーグ 南瓜の煮物 お吸物(蒲鉾・三つ葉)	御飯 牛肉の玉葱ソース炒め オクラとトマトの和え物 みそ汁(小松菜・油揚げ)

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	11月29日(金)	11月30日(土)	1月0日(土)	1月0日(土)	1月0日(土)	1月0日(土)	1月0日(土)
朝食	御飯 里芋と竹輪の含め煮 春菊のお浸し みそ汁（白菜・しめじ） カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの煮物 いんげんのピーナッツ和え みそ汁（さつま芋・玉ねぎ） カルシウム牛乳					
昼食	御飯 豚肉の中華炒め ブロッコリーのかにあんかけ 中華スープ（春雨・卵） フルーツ缶（黄桃）	御飯 チキンカレー フレンチサラダ 香の物（福神漬・らっきょう） フルーツ（バナナ）					
おやつ	ようかん	きみしぐれ	○	○	○	○	○
夕食	御飯 あじの照り焼き もずく酢 みそ汁（豆腐・葱）	御飯 たらの西京焼き 茄子の揚げ浸し お吸物（素麺・豆苗）					

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。