

令和 6年 11月度 やっとかめ 献立表

冬がやってきますよ！たくさん食べて冬に備えましょう

					1日(金)	2日(土)
					チンジャオロース アボカドサラダ 五目ひじき 味噌汁・キウイ 珈琲ゼリー	餡かけチャーハン ピーマンと桜えび炒め 肉じゃが 味噌汁・あんず かぼちゃケーキ
4日(月)	5日(火)	6日(水) 誕生日会	7日(木)	8日(金)	9日(土)	
鮭のソテー茸ソース カリフラと卵サラダ 小松菜とお揚げ煮 味噌汁・バナナ ブルーベリーマフィン	肉豆腐 ツナポンサラダ アボカドと長芋の海苔和え 味噌汁・柿 みたらし団子	天婦羅盛合せ 茶碗蒸し カニもずく 赤飯・吸い物・メロン ロールケーキ	豚の生姜焼き パプリカおかか醤油和え 春菊と舞茸煮 冬瓜汁・パイ バームクーヘン	白身魚のムニエル 五目おから 法蓮草の玉子とじ 豚汁・みかん さつま芋のきな粉和え	茄子のはさみ揚げ 里芋の味噌煮 スパサラダ 味噌汁・洋梨 コーンマヨパン	
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	
ソイカツ カボチャサラダ 小松菜とシメジの海苔和え 豚汁・オレンジ スイートポテト	ブリ大根 キノコの塩炒め 出し巻き玉子 豆乳汁・バナナ・芋飯 チョコマフィン	アジフライ 蕪とベーコン炒め 春菊のごま和え けんちん汁・みかん プリン	豚バラ大根 茄子の揚げ煮 炒り豆腐 味噌汁・キウイ コーンブレッドマフィン	ビーフストロガノフ 金平ごぼう 南瓜のヨーグルトサラダ コーンスープ・白桃 ニンジンドーナツ	鶏の竜田揚おろし添え 法蓮草と春菊辛し和え 切干大根の甘酢煮 味噌汁・マンゴー 大福	
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金) やっとかめ喫茶	23日(土)	
ブリの照り焼き 里芋の味噌煮 ピーマンの生姜キンピラ 味噌汁・柿 なごやん	おでん 小松菜の玉子とじ 肉じゃが 味噌汁・みかん アップルパイ	鱈の幽庵焼き 蕪の塩昆布和え 牛しぐれ煮 豆乳汁・黄桃 焼き芋	鮭のみそ焼き 水菜とお揚げ煮 出し巻き玉子 吸物・オレンジ・茸飯 バナナ蒸しパン	カキフライ 厚揚げと蕪のそぼろ煮 マカロニサラダ ミネストローネ・洋梨	白身魚のホイル焼き カニカマの玉子とじ 焼売 味噌汁・バナナ 黒糖蒸しパン	
25日(月)	26日(火) おやつ作り	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	
チキンのクリーム煮 五目おから キャベツ塩昆布和え 味噌汁・パイ あん団子	鶏肉のおろし煮 ニラもやし炒め 筑前煮・菜飯 味噌汁・黄桃	あったかなめこそば どて味噌煮 ニンジンの卵炒め お稲荷さん・柿 アップルパウンドケーキ	白身魚のパン粉焼 蕪とさつま揚げ煮 豆腐とわかめの甘酢和え クラムチャウダー・みか 鬼饅頭	カレイの煮つけ 白菜とちくわ塩昆布煮 明太ポテサラ 味噌汁・白桃 白玉ぜんざい	麻婆豆腐 キャベツの味噌炒め カニともやしのごま和え 中華スープ・杏仁豆腐 ココアパウンド	