11月 デイサービス軽井沢 月間献立表

	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)	11月1日(金)	11月2日(土)
昼食	ご飯 みそ汁 メバルのみりん漬焼き クリームシチュー ブロッコリーのめんつゆ和え	ご飯 みそ汁 ホキのムニエル 薩摩揚とエリンギの煮物 ハムと連そうの和え物	ご飯 みそ汁 鰆の西京焼き 揚げ出し豆腐 南瓜の煮物	ご飯 すまし汁 赤魚の粕漬け 豚肉と白菜の旨煮 春菊のピーナッツ和え	ご飯 みそ汁 カジキのくわ焼き 薩摩揚と蓮根の煮物 小松菜の塩昆布和え	ご飯 みそ汁 ハンバーグ いか団子と竹の子の煮物 ブロッコリーのゆかり和え
おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト
	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)	11月9日(土)
昼食	ご飯 みそ汁 フライ 2種 じゃが芋の味噌煮 おくらの和え物	ご飯 みそ汁 サバの塩焼き 炒り鶏 菜の花の梅しそ和え	ネギトロ丼 みそ汁 切干大根と薩摩揚の煮物 白菜と椎茸の柚子和え	ご飯 すまし汁 鶏肉の南蛮漬け 角揚とカブの含め煮 おくらのおかかポン酢和え	五目釜飯 すまし汁 鶏肉の塩麹漬焼き 三角しのだの煮物 春菊のおかか和え	カレーライス スープ サラダ デザート
おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト
	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)	11月16日(土)
昼食	ご飯 みそ汁 豚肉の味噌漬焼き 五目巾着の煮物 エリンギのレモン和え	ご飯 みそ汁 助宗鱈の梅照り焼き 豚肉と大根の煮物 胡瓜とささみのわさび醤油和え	ご飯 スープ きのこハンバーグ 高野豆腐の煮物 もやしとカニカマの辛子和え	ご飯 みそ汁 タラのチリソース風煮 薩摩揚と竹の子の炒め物 茄子とえのきのごま酢和え	ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き いか団子の煮物 さつまいもの甘煮	ご飯 みそ汁 マーボー茄子 つみれと大根の煮物 隠元とエリンギの甘酢和え
おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト
	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)
昼食	ご飯 すまし汁 鶏肉のガーリックソテー ホタテと白菜のコンソメ煮 菜の花のレモン和え	ご飯 みそ汁 豚肉のガーリック焼き 竹の子と竹輪の煮物 春菊のわさび和え	ご飯 すまし汁 鮭の蒸し焼き ベーコンと野菜のクリーム煮 若布ともやしのポン酢和え	ご飯 みそ汁 ブリ大根 牛肉と玉ねぎのオイスター炒め 小松菜とハムの和え物	ご飯 かき玉汁 さばの味噌煮 ベーコンとほうれん草のソテー 隠元のごま和え	ご飯 すまし汁 鶏天 薩摩揚とかぶの煮物 胡瓜と若布の酢味噌和え
おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト
	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)
昼食	ご飯 豚汁 助宗鱈のカレー煮 茄子とピーマンの肉味噌炒め たたき胡瓜	ご飯 みそ汁 さごしのみりん漬焼き 鶏肉とかぶの煮物 隠元のピーナツ和え	ご飯 みそ汁 メルのネギ味噌焼き 冬瓜のそぼろあん キュウリともやしの酢の物	ご飯 みそ汁 メヌケの煮付け 生揚と隠元の炒め物 水菜と蒸し鶏の和え物	ご飯 みそ汁 茹で豚 三角しのだの煮物 小松菜と竹輪の青しそ和え	ご飯 みそ汁 鮭のみぞれ煮 野菜炒め スナップピースの味噌和え
おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト