

霜月(11月)献立表

月	火	水	木	金	土
			1 赤飯 鱈の西京焼 南瓜の切昆布煮 酢物 清汁	2 チキンカレー 野菜サラダ フルーツ寒天 コンソメスープ	3 白飯 和風ハンバーグ 小松菜の煮浸し 酢物 味噌汁 
5 しらす丼 卵寒天 南瓜の切昆布煮 りんご 清汁	6 白飯 南瓜コロッケ マカロニサラダ 酢物 味噌汁	7 白飯 白身魚のあんかけ 高野豆腐 酢物 清汁	8 白飯 豚生姜焼き 切干大根煮 酢物 清汁	9 おにぎり チャンポン 酢物 長芋フライ バナナ	10 白飯 鯖の味噌煮 南瓜サラダ 酢物 沢煮椀 
12 白飯 煮込みハンバーグ 卵の花 酢物 卵スープ	13 きのご飯 鮭のおろし和え 酢物 煮豆 清汁	14 おにぎり かき揚げうどん さつまいものレモン煮 大根サラダ りんご	15 白飯 白身魚のみぞれ煮 ひじき煮 酢物 味噌汁	16 白飯 おでん 大学芋 蕪の酢物 清汁	17 白飯 八宝菜 揚げじゃがそぼろあん なます 清汁
19 親子丼 揚げ出し豆腐 酢物 梨 清汁	20 白飯 すき焼き風煮 大根サラダ 揚げじゃがそぼろあん 清汁 	21 鯛飯 豆腐の落とし揚げ 煮豆 酢物 味噌汁	22 三色そぼろ丼 長芋フライ 卵寒天 キウイ 清汁 	23 白飯 白身魚の南蛮漬 白和え 高野豆腐 清汁	24 白飯 酢鶏 小松菜の煮浸し ポテトサラダ 清汁
26 秋刀魚の蒲焼丼 白和え 煮豆 清汁 茶碗蒸し	27 白飯 肉コロッケ 切干大根煮 酢物 清汁 	28 ハヤシライス マカロニサラダ フルーツ寒天 コンソメスープ	29 白飯 鮭のタルタルソース 卵の花 酢物 清汁 	30 ビビンバ丼 揚げ出し豆腐 中華風酢物 ワカメスープ みかん 	
					