

令和 7年11月 朝食 【 検査 】

日	月	火	水	木	金	土
						11月 1日
						ごはん あじ柚子風味焼き 干切大根炒め 長ねぎとワカメの味噌汁 お茶
11月 2日	11月 3日	11月 4日	11月 5日	11月 6日	11月 7日	11月 8日
ロールパン ホーケマコ ココア お茶	マヨネーズロール チーズ入り卵焼き りんごジュート 野菜ジュース お茶	ごはん にがうり卵とじ ねぎと油揚げの味噌汁 お茶	紅芋パン トマト入りオムレツ メイプル お茶	ごはん ホーケマコ 長ネギとエノキのみそ汁 お茶	クリームパン ブレンオムレツ ポイルウインナー りんごジュース お茶	ごはん 野菜炒め (ウインナー) ゆし豆腐 お茶
11月 9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日
パンブキロール 目玉焼き りんごジュート ミロ お茶	ハムチーズパン たまご焼き ポイルウインナー 野菜ジュース お茶	ごはん パパイア炒め しいたけとわかめの味噌汁 お茶	ウグイスパン ブレンオムレツ りんごジュート 飲むヨーグルト お茶	ごはん ふ炒め 豆腐の味噌汁 お茶	カスタードパン スクランブルエッグ アップルジュース お茶	ごはん サモバタ醤油焼 きんぴらごぼう 長ねぎとワカメの味噌汁 お茶
11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日
胚芽ロール ホーケマコ ココア お茶	粗挽きウインナーパン チーズ入り卵焼き りんごジュート 野菜ジュース お茶	ごはん にがうり卵とじ しいたけとわかめの味噌汁 お茶	田芋パン トマト入りオムレツ メイプル お茶	ごはん ホーケマコ ねぎと油揚げの味噌汁 お茶	チョコパン ブレンオムレツ ポイルウインナー りんごジュース お茶	ごはん しめじとエノキの卵とじ ゆし豆腐 お茶
11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日
あんぱん 目玉焼き りんごジュート ミロ お茶	ツパン たまご焼き ポイルウインナー 野菜ジュース お茶	ごはん パパイア炒め しいたけとわかめの味噌汁 お茶	マロンパン ブレンオムレツ りんごジュート 飲むヨーグルト お茶	ごはん ふ炒め 豆腐とワカメのみそ汁 お茶	パンブキあんぱん スクランブルエッグ アップルジュース お茶	ごはん あじ柚子風味焼き 干切大根炒め 長ねぎとワカメの味噌汁 お茶

*

メ ニ ュ ー 表 (時別)

2 / 2

令和 7年11月 朝食 【 検査 】

日	月	火	水	木	金	土
11月30日						
ロールパン ホーケテマコ ココア お茶						

令和 7年11月 昼食 【 検査 】

日	月	火	水	木	金	土
						11月 1日
						しらすゆかりごはん ゴーヤーチャンプル キウイフルーツ 豚汁 お茶
11月 2日	11月 3日	11月 4日	11月 5日	11月 6日	11月 7日	11月 8日
あわごはん ミートローフ 煮込みソース ごぼうサラダ りんご 野菜スープ お茶	あわごはん 海老と鶏肉のチリソース シラスとコーンのナムル 春雨のすまし汁 お茶	軟骨ソーキそば ソバ汁 カボチャの天ぷら きゅうりと鶏肉のごま酢和え お茶 コーヒー	麦ごはん 5種のチーズインデミハンバーグ ゴーヤーサラダ キウイフルーツ コンソメスープ お茶 コーヒー	ごはん チンカレー ブロッコリーとカリフラワーのサラダ ブルーベリーヨーグルト お茶	あわごはん 中華炒め バナナ 春雨のすまし汁 お茶 コーヒー	麦ごはん 銀鮭の西京焼き 小松菜のワサビ和え オレンジ とうがんのすまし汁 お茶
11月 9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日
あわごはん チンのマ焼 ソーザサラダ キウイフルーツ トマトスープ お茶	ごはん えびのかき揚げ丼 卵豆腐 ゴーヤー和え いんげん汁 お茶 コーヒー	野菜味噌ラーメン 味噌ラーメン汁 鶏の唐揚げ パイン お茶	あわごはん 豚肉の生姜焼き 野菜ソテー もずく和え 八宝みそ汁 お茶 コーヒー	鶏肉としめじの炊き込みご飯 揚げ出し豆腐 きょうばつめかつお和え アーサ汁 お茶	麦ごはん チンのピカタ焼き ブロッコリーと蟹カボチャのサラダ りんご トマトスープ お茶 コーヒー	チャーハン なすの南蛮漬け かぼちゃサラダ 春雨のすまし汁 お茶
11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日
あわごはん へちまのみそ煮 ザンザイの和え物 バナナ すまし汁 お茶	カレーピラフ 魚のマリネ 野菜スープ お茶 コーヒー	沖縄そば ソバ汁 いなり寿司 はんだまとシラス和え お茶	あわごはん 豚肉と青菜の中華炒め はるさめときゅうりの和え物 だいこんのすまし汁 お茶 コーヒー	ごはん さんまの蒲焼き丼 小松菜ともやしの和え物 りんご いんげん汁と白きくらげのすまし汁 お茶	麦ごはん 鶏の竜田揚げ 小松菜としめじのごま和え パイン 豚汁 お茶 コーヒー	ごはん 牛丼 もやしときゅうりの味噌和え バナナ けんちん汁 お茶
11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日
あわごはん 筑前煮 白和え オレンジ お茶	炊き込み御飯(鮭) 豆腐入りメンチカツ おひたし いんげん汁と白きくらげのすまし汁 お茶	ラーメン 白湯ラーメン汁 魚てんぷら きゅうりと鶏肉のごま酢和え お茶 コーヒー	ごはん 中華丼 切干大根サラダ バナナ しめじとわかめのすまし汁 お茶 コーヒー	ごはん タコライス ブロッコリーとカリフラワーのサラダ キャベツスープ お茶 コーヒー ケーキ	麦ごはん タンドリーチキン ごぼうサラダ パイン トマトスープ お茶 コーヒー	あわごはん 豚肉ときょうばつの味噌炒め りんご もずくスープ お茶

*

メ ニ ュ ー 表 (時別)

2 / 2

令和 7年11月 昼食 【 検食 】

日	月	火	水	木	金	土
11月30日						
麦ごはん 白身魚のマヨネーズ焼き からし菜炒め キウイフルーツ 豚汁 お茶						

令和 7年11月 夕食 【 検食 】

日	月	火	水	木	金	土
						11月 1日
						ごはん 鶏の梅風味焼き 白菜と小松菜のおひたし バナナ ゆし豆腐 お茶
11月 2日	11月 3日	11月 4日	11月 5日	11月 6日	11月 7日	11月 8日
ごはん なすの味噌炒め はるさめと錦糸卵の和え物 しめじとわかめのすまし汁 お茶	ごはん 鶏のハーフ焼き キャベツとハムのサラダ りんご かぼちゃスープ お茶	ごはん ハヤシライス 生野菜サラダ パイナップル お茶	ごはん 鯖のみそダレかけ からし菜炒め バナナ きゃべつのみそ汁 お茶	ごはん マーボー豆腐 ザーサイの和え物 だいこんのすまし汁 お茶	オムライス かにクリームコロッケ 野菜スープ お茶	ごはん トンカツ もずく和え バナナ けんちん汁 お茶
11月 9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日
炊きこみ御飯(ヒジキ) 豆腐の二色揚げ 小松菜ともやしの和え物 だいこんのすまし汁 お茶	しらすゆかりごはん 豆腐ちゃんぷるー りんご だいこんのみそ汁 お茶	ごはん いり鶏 おひたし シークワーゼリー お茶	ごはん 白身魚の西京焼き 小松菜ともやしの磯和え パイナップル しめじとわかめのすまし汁 お茶	ごはん タコライス バナナ キャベツスープ お茶	ごはん 焼肉 ビーマン炒め キウイフルーツ キムチスープ お茶	ごはん 肉じゃが 小松菜ともやしの磯和え りんご お茶
11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日
ごはん 鶏のチリソース 青菜とハムの和え物 芋汁 お茶	ごはん 煮物 キャベツとシラスの酢の物 オレンジ お茶	ごはん 鶏のクリーム煮 ブロッコリーとカブのサラダ パイナップル お茶	ごはん チキン南蛮 シラスとコーンのナムル へちまの味噌汁 お茶	ごはん 豚肉と野菜の炒め物 バナナ 冬瓜と鶏肉のみそ汁 お茶	ごはん カレーライス キャベツときゅうりのゆかり和え いちごヨーグルト お茶	スパゲティホリタン 牛肉コロッケ コンソメスープ お茶
11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日
ごはん さばの大根おろしかけ 小松菜のワサビ和え きゃべつのみそ汁 お茶	ごはん 鯖の梅肉風味焼き 小松菜ともやしの磯和え オレンジ 八宝みそ汁 お茶	ごはん 三色どんぶり(いわし) 卵豆腐 生野菜サラダ りんご汁 お茶	ピラフ 鶏のミソ コンソメスープ お茶	ごはん すきやき風煮 りんご えのきと白ねぎのみそ汁 お茶	ごはん ハンバーグ ハンバーグ和風ソース 小松菜ともやしの和え物 けんちん汁 お茶	ごはん 鶏の照焼 きゃべつと梅かつお和え パイナップル ゆし豆腐 お茶

*

メ ニ ュ ー 表 (時別)

2 / 2

令和 7年11月 夕食 【 検食 】

日	月	火	水	木	金	土
11月30日						
ごはん カツ丼 シーザーサラダ りんご きやべつのみそ汁 お茶						