*

メ　ニ　ュ　ー　表　（時別）

令和 8年11月　朝食　【 常食中盛 】

日	月	火	水	木	金	土
11月 1日	11月 2日	11月 3日	11月 4日	11月 5日	11月 6日	11月 7日
ﾛｰﾙﾊﾟﾝ ﾎﾟｰｸﾀﾏｺﾞ ｺｺｱ お茶	ﾏﾖﾈｰｽﾞﾛｰﾙ チーズ入り卵焼き ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ 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	紅芋ﾊﾟﾝ トマト入りオムレツ ﾒｲｸﾞﾙﾄ お茶	ごはん ﾎﾟｰｸﾀﾏｺﾞ 長ネギとエノキのみそ汁 お茶	ｸﾘｰﾑﾊﾟﾝ ﾌﾟﾚｰﾝｵﾑﾚﾂ ボイルウインナー ｵﾚﾝｼﾞｼﾞｭｰｽ お茶	ごはん 野菜炒め（ｳｲﾝﾅｰ） ゆし豆腐 お茶
11月 8日	11月 9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝﾛｰﾙ 目玉焼き ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ ミロ お茶	ﾊﾑﾁｰｽﾞﾊﾟﾝ たまご焼き ボイルウインナー 野菜ジュース お茶	ごはん パパイヤ炒め 豆腐とワカメのみそ汁 お茶	ｳｸﾞｲｽﾊﾟﾝ ﾌﾟﾚｰﾝｵﾑﾚﾂ ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ 飲むヨーグルト お茶	ごはん ふ炒め しいたけとわかめの味噌汁 お茶	ｶｽﾀｰﾄﾞﾊﾟﾝ ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ｱｯﾌﾟﾙｼﾞｭｰｽ お茶	ごはん ｻｰﾓﾝﾊﾞﾀｰ醤油焼き きんぴらごぼう 長ねぎとワカメの味噌汁 お茶
11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
胚芽ﾛｰﾙ ﾎﾟｰｸﾀﾏｺﾞ ｺｺｱ お茶	粗挽きｳｲﾝﾅｰﾊﾟﾝ チーズ入り卵焼き ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ 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	田芋ﾊﾟﾝ トマト入りオムレツ ﾒｲｸﾞﾙﾄ お茶	ごはん ﾎﾟｰｸﾀﾏｺﾞ ねぎと油揚げの味噌汁 お茶	ﾁｮｺﾊﾟﾝ ﾌﾟﾚｰﾝｵﾑﾚﾂ ボイルウインナー ｵﾚﾝｼﾞｼﾞｭｰｽ お茶	ごはん しめじとｴﾉｷの卵とじ ゆし豆腐 お茶
11月22日	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日
あんぱん 目玉焼き ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ ミロ お茶	ﾎﾟﾃﾄﾊﾟﾝ たまご焼き ボイルウインナー 野菜ジュース お茶	ごはん パパイヤ炒め しいたけとわかめの味噌汁 お茶	ﾏﾛﾝﾊﾟﾝ ﾌﾟﾚｰﾝｵﾑﾚﾂ ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ 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	ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝあんﾊﾟﾝ ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ｱｯﾌﾟﾙｼﾞｭｰｽ お茶	ごはん あじ柚子風味焼き 千切大根炒め 長ねぎとワカメの味噌汁 お茶
11月29日	11月30日					
ﾛｰﾙﾊﾟﾝ ﾎﾟｰｸﾀﾏｺﾞ ｺｺｱ お茶	ﾂﾅﾊﾟﾝ チーズ入り卵焼き ﾁｷﾝﾅｹﾞｯﾄ 野菜ジュース お茶					

*

メ ニ ュ ー 表 （時別）

令和 8年11月　昼食　【 常食中盛 】

日	月	火	水	木	金	土
11月 1日	11月 2日	11月 3日	11月 4日	11月 5日	11月 6日	11月 7日
あわごはん 豚肉の生姜焼き ﾋﾟｰﾏﾝ炒め もずく和え ゆし豆腐 お茶	ごはん スタミナ丼 ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ バナナ だいこんのみそ汁 お茶 コーヒー	オムライス ｶﾆｸﾘｰﾑｺﾛｯｹ キウイフルーツ 野菜スープ お茶	あわごはん 鯖のｶﾚｰ焼き 小松菜ともやしの磯和え りんご きゃべつのみそ汁 お茶 コーヒー	沖縄そば ソバ汁 野菜てんぷら だいこんとワカメの和え物 お茶	麦ごはん ﾐｰﾄﾛｰﾌ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｶﾘﾌﾗﾜｰのｻﾗﾀﾞ パイン コンソメスープ お茶 コーヒー	あわごはん 鶏のﾁﾘｿｰｽ シラスとｺｰﾝのﾅﾑﾙ もずくスープ お茶
11月 8日	11月 9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
しらすゆかりごはん ｺﾞｰﾔｰﾁｬﾝﾌﾟﾙｰ キウイフルーツ はくさいの味噌汁 お茶	あわごはん 中華炒め パイン 春雨のすまし汁 お茶 コーヒー	ﾗｰﾒﾝ しおﾗｰﾒﾝ汁 ちくわのチーズ揚げ りんご お茶	鶏肉としめじの炊き込みご飯 揚げ出し豆腐 小松菜のワサビ和え ﾚﾀｽと白きくらげのすまし汁 お茶 コーヒー	ごはん ソースカツ丼 だいこんのくず煮 きゅうりとエノキの梅和え もずくスープ お茶	麦ごはん ﾁｷﾝのﾏﾖ焼き ゴーヤーサラダ バナナ トマトスープ お茶 コーヒー	あわごはん 豚肉ときゃべつの味噌炒め キウイフルーツ とうがんのすまし汁 お茶
11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
ごはん ｷｰﾏｶﾚｰ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｶﾘﾌﾗﾜｰのｻﾗﾀﾞ いちごヨーグルト お茶	ごはん えびのかき揚げ丼 茶碗蒸 生野菜サラダ 冬瓜と鶏肉のみそ汁 お茶 コーヒー	野菜ソバ ソバ汁 カボチャの天ぷら ｸﾞﾚｰﾌﾟｾﾞﾘｰ お茶	麦ごはん 豚ロースの塩レモン焼き パパイヤ炒め もずく和え きゃべつのみそ汁 お茶 コーヒー	炊きこみ御飯（ヒジキ） 豆腐の二色揚げ ゴーヤー和え ﾚﾀｽと白きくらげのすまし汁 お茶	あわごはん 麻婆豆腐 はるさめときゅうりの和え物 とうがんのすまし汁 お茶 コーヒー	ごはん 鶏のクリーム煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｶﾘﾌﾗﾜｰのｻﾗﾀﾞ バナナ お茶
11月22日	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日
ごはん 牛丼 もやしとｷｭｳﾘのｷﾑﾁ和え りんご きゃべつのみそ汁 お茶	麦ごはん 豚肉の味噌風味焼き ﾋﾟｰﾏﾝ炒め キウイフルーツ もずくスープ お茶	野菜味噌ﾗｰﾒﾝ みそﾗｰﾒﾝ汁 いなり寿司 パイン お茶 コーヒー	ごはん 焼き鳥丼 ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ りんご とうがんの味噌汁 お茶 コーヒー	ごはん タコライス パイン キャベツスープ お茶 コーヒー ケーキ	あわごはん 鶏の竜田揚げおろしポン酢ソ･ シラスとｺｰﾝのﾅﾑﾙ ゆし豆腐 お茶 コーヒー	麦ごはん トンカツ 白菜と小松菜のおひたし キウイフルーツ だいこんのすまし汁 お茶
11月29日	11月30日					
ごはん ハヤシライス ゴーヤーサラダ 南瓜のﾖｰｸﾞﾙﾄかけ お茶	あわごはん 豚肉と青菜の中華炒め パイン とうがんのすまし汁 お茶 コーヒー					

メ ニ ュ ー 表 （時別）

令和 8年11月　夕食　【 常食中盛 】

日	月	火	水	木	金	土
11月 1日	11月 2日	11月 3日	11月 4日	11月 5日	11月 6日	11月 7日
ごはん 肉じゃが 小松菜のワサビ和え りんご お茶	ごはん 鶏のﾊｰﾌﾞ焼き キャベツとハムのサラダ パイン コンソメスープ お茶	ごはん すき焼き風煮 バナナ 冬瓜と鶏肉のみそ汁 お茶	ごはん 豚丼 卵豆腐 もやしとｷｭｳﾘのｷﾑﾁ和え すまし汁 お茶	ごはん カレーライス 生野菜サラダ ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰﾖｰｸﾞﾙﾄ お茶	ごはん なすの味噌炒め りんご 春雨のすまし汁 お茶	ごはん タコライス パイン キャベツスープ お茶
11月 8日	11月 9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
ごはん さばの大根おろしかけ 小松菜ともやしの和え物 とうがんのすまし汁 お茶	ごはん 魚の蒲焼き からし菜炒め キウイフルーツ ゆし豆腐 お茶	ごはん もずく丼 卵豆腐 ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ とうがんの味噌汁 お茶	ごはん ポトフ ごぼうサラダ りんご お茶	ごはん 焼肉 ﾋﾟｰﾏﾝ炒め ｼｰｸｱｻｰゼリー キムチスープ お茶	ごはん おでん 青菜とﾊﾑの和え物 パイン お茶	ごはん いり鶏 小松菜としめじのごま和え バナナ お茶
11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
ごはん 鶏のユーリンソース ｻﾞｰｻｲの和え物 きゃべつのみそ汁 お茶	ごはん ﾀﾝﾄﾞﾘｰﾁｷﾝ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと蟹ｶﾏﾎﾞｺのｻﾗﾀﾞ キウイフルーツ トマトスープ お茶	ごはん 鯖の梅肉風味焼き おひたし りんご 八宝みそ汁 お茶	ごはん チキン南蛮 シラスとｺｰﾝのﾅﾑﾙ だいこんのすまし汁 お茶	ごはん 中華丼 切干大根サラダ パイン ワカメスープ お茶	カレーピラフ 魚のマリネ りんご コンソメスープ お茶	しらすゆかりごはん 豆腐ちゃんぷるー さつまいものレモン煮 だいこんのみそ汁 お茶
11月22日	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日
ごはん ﾁｷﾝのﾋﾟｶﾀ焼き ｼｰｻﾞｰｻﾗﾀﾞ パイン コンソメスープ お茶	ごはん ﾁｷﾝｶﾚｰ 生野菜サラダ ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰﾖｰｸﾞﾙﾄ お茶	ごはん 鶏肉のトマトチーズ焼き ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｶﾘﾌﾗﾜｰのｻﾗﾀﾞ ｵﾚﾝｼﾞｾﾞﾘｰ コンソメスープ お茶	炊き込み御飯（鮭） 豆腐入りハンバーグ ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ和風ｿｰｽ 小松菜ともやしの和え物 ﾚﾀｽと白きくらげのすまし汁 お茶	ごはん 白身魚の西京焼き ひじきサラダ りんご だいこんのすまし汁 お茶	ごはん 煮物 きゅうりとエノキの梅和え パイン お茶	ごはん 三色どんぶり（いわし） 冬瓜と青豆の煮物 バナナ ﾚﾊﾞｰ汁 お茶
11月29日	11月30日					
ごはん 鶏肉の味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き 青菜とﾊﾑの和え物 りんご 春雨のすまし汁 お茶	ごはん チキンマヨ丼 おひたし キウイフルーツ だいこんのみそ汁 お茶					