

11月のメニュー

平成29年11月		平成29年11月01日(水)	平成29年11月02日(木)	平成29年11月03日(金)	平成29年11月04日(土)	平成29年11月05日(日)	
朝	イグ トースト&ミルクパン 元気ヨーグルト コンスープ	ビッパワパン マカロニソテー 牛乳	りんりんりんご ビーンズサラダ 牛乳	米飯 ふりかけ(しそ) さつま揚げと青菜の煮物 きのこのおみそ汁 豆乳(バナナ)	黒糖ミルク 野菜のトマト煮 牛乳	照り焼きチキンバーガー 元気ヨーグルト バナナキョリムスープ	ミあんパン&フルーツロール ほうれん草のバナナソテー 牛乳
昼	豚肉と野菜のピビンバ風ご飯 中華豆腐 水餃子玉子スープ トロピカルフルーツ	かやくご飯 プリのおろしポン酢ソテー チンゲン菜のミルク煮 パパロア(マロン)	コーンライス ハンバーググラタン 卵サラダ コンソメスープ	米飯 エビフライ&白身フライ ゴボウサラダ 白菜のスープ	米飯 豚ばらと大根のオイスター煮 豆腐しゅうまい 白菜と胡瓜の酢の物	ツナ入りキムチ炒飯 いかとピーマンの中華炒め 春菊の白和え 大菊いも	麦飯 マグロカツ キャベツのカレー炒め リゾット付デザート
夕	米飯 ほきの蒲焼き 冬瓜の煮物 かぼちゃとアスパラのサラダ	米飯 鶏肉の照り焼きマレード風味 かぼちゃのイタリヤサラダ 大豆のスープ	十五穀ご飯 かわいいの香り蒸し なすの生姜和え ごぼうのおみそ汁	米飯 豚肉の炒り煮 菜の花の梅おかか和え 焼き厚揚げのねぎだれ	米飯 さわらの西京焼き 冷奴 沢煮焼	麦飯 カジキのバター醤油焼き 菜の花のゆず胡椒和え そうめんのお吸いもの	米飯 アジの南蛮漬け レンコンの金平 小松菜の中華和え
朝	イグ トースト&ミルクパン 元気ヨーグルト コンスープ	ビッパワパン マカロニソテー 牛乳	りんりんりんご ビーンズサラダ 牛乳	米飯 ふりかけ(リゾット) ごぼうの煮物 厚揚げのおみそ汁 りんごジュース	黒糖ミルク 野菜のトマト煮 牛乳	照り焼きチキンバーガー 元気ヨーグルト バナナキョリムスープ	キャラメルリング ほうれん草とたまごの炒め物 牛乳
昼	豚肉と野菜のピビンバ風ご飯 中華豆腐 水餃子玉子スープ トロピカルフルーツ	かやくご飯 プリのおろしポン酢ソテー チンゲン菜のミルク煮 パパロア(マロン)	コーンライス ハンバーググラタン 卵サラダ コンソメスープ	米飯 エビフライ&白身フライ ゴボウサラダ 白菜のスープ	米飯 豚ばらと大根のオイスター煮 豆腐しゅうまい 白菜と胡瓜の酢の物	ツナ入りキムチ炒飯 いかとピーマンの中華炒め 春菊の白和え 大菊いも	ひふみ園祭
夕	米飯 ほきの蒲焼き 冬瓜の煮物 かぼちゃとアスパラのサラダ	米飯 鶏肉の照り焼きマレード風味 かぼちゃのイタリヤサラダ 大豆のスープ	十五穀ご飯 かわいいの香り蒸し なすの生姜和え ごぼうのおみそ汁	米飯 豚肉の炒り煮 菜の花の梅おかか和え 焼き厚揚げのねぎだれ	米飯 さわらの西京焼き 冷奴 沢煮焼	麦飯 カジキのバター醤油焼き 菜の花のゆず胡椒和え そうめんのお吸いもの	米飯 アジの南蛮漬け レンコンの金平 小松菜の中華和え
朝	イグ トースト&ミルクパン 元気ヨーグルト コンスープ	ビッパワパン マカロニソテー 牛乳	りんりんりんご ビーンズサラダ 牛乳	米飯 ふりかけ(リゾット) ごぼうの煮物 厚揚げのおみそ汁 りんごジュース	黒糖ミルク 野菜のトマト煮 牛乳	照り焼きチキンバーガー 元気ヨーグルト バナナキョリムスープ	キャラメルリング ほうれん草とたまごの炒め物 牛乳
昼	他人丼 白菜のボン酢和え 粕汁 メロンゼリー	魚介とピーマンの炒め物 菜の花としめじの和え物 ほたての中華スープ レアチーズムース	和風カレー 即席ピクルス トマト豆腐 パパロア(ストロベリー)	にしんそば さつま芋と枝豆のかきあげ ほうれん草のからし和え りんご	米飯 チキンカツ キャベツのサラダ クリームポタージュ	麦飯 さばの照り焼き 長芋と温玉サラダ 洋梨	オムライス チーズと野菜サラダ キャベツのソース炒め 青菜のコンソメスープ
夕	米飯 揚げさばの中華びたし ぜんまいの煮物 もやしの酢の物	米飯 野菜入りキッシュ風 さつま芋のサラダ クリームスープ	麦飯 鶏肉のごまみそ照り焼き ほうれん草と沢庵の和えもの えのきのお吸いもの	米飯 八宝菜 チンゲン菜の中華胡麻和え カリフラワーの和え物	米飯 さわらの幽庵焼き 切干大根の煮物 イカの胡麻醤油和え	米飯 麻婆豆腐 三色ナムル 中華春雨スープ	米飯 あじの梅煮 青梗菜ときこの炒め物 トマトともすくの和え物
朝	イグ トースト&ミルクパン 元気ヨーグルト コンスープ	ビッパワパン マカロニソテー 牛乳	りんりんりんご ビーンズサラダ 牛乳	米飯 えびみそ ひじきの煮物 春菊のおみそ汁 オレンジジュース	黒糖ミルク 野菜のトマト煮 牛乳	照り焼きチキンバーガー 元気ヨーグルト バナナキョリムスープ	キャラメルリング ほうれん草とたまごの炒め物 牛乳
昼	きつねうどん 菊菜のおひたし やまいもの乙女和え 白桃ヨーグルト	親子丼 揚げたし豆腐の野菜あん 白菜の梅マヨ和え なめこの赤だし	ピラフ ポークビーンズ チーズサラダ バナナ	米飯 クリスピーから揚げ パンサンスウ かきたま汁	海鮮しらすご飯 かぼちゃとなすの含め煮 焼き厚揚げなめこおろし 抹茶ゼリー	米飯 豚肉とチンゲン菜の旨煮 もやしの中華ドレ和え 黄桃	米飯 キャベツメンチカツ じゃが芋のコンソメ煮 白菜ときゅうりの酢の物
夕	米飯 鮭ときこのクリームソース リョネーズポテト トマトスープ	米飯 白身魚のさつま蒸し れんごんの甘辛炒め しろなの和え物	米飯 カレイの香りみそ焼き かぼちゃのゆず胡椒和え 薄くす汁	米飯 だいこん菜飯 さばの深味干 れんごんと根菜の甘辛炒め 焼きさつま揚げと白菜の和え物	米飯 牛肉みそ炒め ごま豆腐 白菜のお吸いもの	米飯 あじのムニエルマトソース 野菜ソテー ビーンズサラダ	麦飯 赤魚のおろし煮 卵と高菜の炒め物 玉葱と卵のごま和え
朝	イグ トースト&ミルクパン 元気ヨーグルト コンスープ	ワンローフ ウインナーのスープ煮 牛乳	レーズンぱん ポテトサラダ 牛乳	米飯 たいみそ さつま揚げの炒り煮 豆腐のおみそ汁 シヨア(ブルーベリー)	 <p>ローストビーフ丼</p> 		
昼	ハヤシライス さつま芋サラダ クリームコロッケ ヨーグルト和え(黄桃)	鮭とろろ丼 五目豆 もやしのおみそ汁 白桃	米飯 鮭のにんにくマヨ焼き わかめのおひたし 菜の花のおみそ汁	ゆかりご飯(半量) お好み焼き はりはり漬け バナナヨーグルト			
夕	きのこ御飯 ぶりの照り焼き ピリ辛炒め 切干大根の酢の物	米飯 鶏肉のチーズ焼き コーンサラダ フルーチェ(ぶどう)	米飯 焼肉丼 白菜とれんごの塩もみサラダ がんもの煮物 プリン	米飯 ブルコギ 大根のキムチ和え 竹の子の中華スープ			

●今月の行事食●

- ・11月8日(水) 昼食・・・お楽しみメニュー
- ・11月12日(日) 昼食・・・ひふみ園祭

今月はひふみ園祭がありました。今年の目玉は、ローストビーフ丼です!! 屋台メニューを決める利用者さんの会議でご提案させて頂いたところ、食べてみたい!! と利用者さんからも声があがったので思い切ってチャレンジしてみました。園祭後、豪華でよかったよと複数の方から感想頂きました。今年は天気に恵まれ、無事に園祭を終了いたしました。ありがとうございました。(管理栄養士 枝澤)