

11月のメニュー

	平成28年11月01日(火)	平成28年11月02日(水)	平成28年11月03日(木)	平成28年11月04日(金)	平成28年11月05日(土)	平成28年11月06日(日)	
朝	 <p>平成28年 11月</p>	ホワイトミルクパン ほうれん草とたまごのり 牛乳	【温】肉まん&あんまん パンブキンサラダ 牛乳	米飯 ふりかけ(のりたまご) 切干大根の煮物 春菊のおみそ汁 フルーツジュース	ミルクパン かぼちゃのスープ煮 牛乳	【温】照り焼きチキンバーガー コーンスープ ヤクルト	マロンファンシー ごぼうサラダ 牛乳
昼		赤飯 白身魚の酢漬け しいたけと卵の中華煮 青菜のピーナツバター和え	醤油ラーメン 焼き餃子 カリフラワーの甘酢和え いちごのパパロア	枝豆ごはん 鶏肉のからあげ なすのみそ炒め みかん&パイナップル	米飯 プリの梅肉焼き かぼちゃの含め煮 りんご	あんかけ混ぜ焼きそば キャベツのごま酢和え 野菜スープ りんご	米飯 さばの七味焼き さつま芋和風和え 豆腐のおみそ汁
夕		米飯 豚肉のおろし大根ソース レンコンとアスパラのサラダ きのこのお吸いもの	十五穀ご飯 かれのいり休焼き ポテトサラダわさび風味 ブロッコリーのボン酢汁	米飯 あじのムニエルマトソース レタスとりんごのサラダ 野菜のチャウダー	米飯 とんかつ 青菜のぬた お吸いもの	米飯 きのこ入り鶏つくねの照り焼き 焼き豆腐の煮物 白菜の酢の物	米飯 鶏の炭火焼 野菜の炒り煮 オレンジゼリー
	平成28年11月07日(月)	平成28年11月08日(火)	平成28年11月09日(水)	平成28年11月10日(木)	平成28年11月11日(金)	平成28年11月12日(土)	平成28年11月13日(日)
朝	【温】サバトースト&ミチナズロール パンがかりムスブ ヤクルト	ハニーロール タマゴサラダ 牛乳	チョコカスター ウインナーのスープ煮 牛乳	米飯 たいみそ さつま揚げの煮物 しいたけのおみそ汁 豆乳バナナ	レーズンドッグ ツナと青菜のソテー 牛乳	【温】ハンバーガー コーンスープ ヤクルト	シュガーバターコップ 野菜のトマト煮 牛乳
昼	米飯 ひき肉とじゃがいもの重ね焼 和風大根サラダ 小松菜とごぼうのきなごま和え	米飯 Eiフライ&納豆フライ かぼちゃのカレー炒め りんごヨーグルト	松茸御飯 鮭のおろし煮 かぶときゅうりの生姜酢和え 里芋のおみそ汁	チャーハン 豚肉となすの揚げ浸し 海藻サラダ 中華スープ	麦飯 フリ大根 きゅうりとわかめの酢の物 豆腐のおみそ汁	米飯 かれのいのにら玉焼き ざーサイの冷奴 沢煮椀	ひふみ園祭
夕	混ぜご飯 豚肉の甘辛煮 (冷)中華豆腐 ぼたての中華スープ	米飯 牛肉のしょうが焼き 青菜と干えびの炒め物 いんげんの和え物	米飯 豚肉とピーマンの細切り炒め ブロッコリーのたまごサラダ コーヒーゼリー	米飯 煮込みハンバーグ ごぼうの甘辛炒め 小松菜のピーナツ和え	皿うどん 五目豆 白菜の和え物 洋梨	いりこ菜飯 鶏のチリソース炒め だいこんとワサビの醤油きんぴら シルバーサラダ	麦飯 鮭の南部焼き 厚揚げの煮物 小松菜ともやしの和え物
	平成28年11月14日(月)	平成28年11月15日(火)	平成28年11月16日(水)	平成28年11月17日(木)	平成28年11月18日(金)	平成28年11月19日(土)	平成28年11月20日(日)
朝	【温】おかずパン ヤクルト	こしあんぱん ピーマンとじゃがいものソテー 牛乳	キャラメルリング タマゴサラダ 牛乳	米飯 ふりかけ(カツオ) 大豆の煮物 えのきのおみそ汁 ピーチジュース	レーズンバスター コーンサラダ 牛乳	【温】コックアップ&チョコ食パン コーンスープ ヤクルト	ミルクアイス&ミチナズロール 野菜ソテー 牛乳
昼	米飯 焼き鳥レモン風味 ブロッコリーの和風和え かぼちゃと人参のお味噌汁	米飯 ぶりの幽庵焼き 長芋と鶏肉の生姜醤油炒め りんご	米飯 おでん 白菜の生姜酢和え えのきのおみそ汁	米飯 【温】塩焼き(卵) 根菜の炒め物 オレンジ	米飯 豚肉とキャベツのピリ辛炒め 五色煮 バナナ	かつカレー マゼドアンサラダ 福神漬 洋梨	米飯 豚肉のごま風味炒め 春巻 みかん
夕	米飯 あじの揚げ漬け 春雨の韓国風炒め もずく酢	米飯 八宝菜 炊き合わせ カリフラワーの和え物	米飯 白身魚の野菜あんかけ 里芋といかの煮物 春菊のわさび和え	【温】いか天丼 ツナと大根のサラダ 揚げなすのおろし生姜 ニラスープ	米飯 かれの竜田揚げ 白菜の磯和え 豆腐のすまし汁	豚ひき肉とオクラのあんかけ丼 うの花 白菜サラダ キャラメルケーキ(パステイラック)	米飯 さわらの香草焼き コールスロー トマトスープ
	平成28年11月21日(月)	平成28年11月22日(火)	平成28年11月23日(水)	平成28年11月24日(木)	平成28年11月25日(金)	平成28年11月26日(土)	平成28年11月27日(日)
朝	【温】ビザトースト&黒糖食パン パンがかりムスブ ヤクルト	レモンフラワーパン ツナと野菜のソテー 牛乳	シュガーバターコップ 小松菜とウインナーのソテー 牛乳	米飯 ゆずみそ きざみ昆布の煮物 にらのおみそ汁 フルーツジュース	チョコツイスト ごぼうのサラダ 牛乳	ポテロール&ミチナズ食パン コーンスープ ヤクルト	ミあんパン&レーズンロール ほうれん草ベーコンソテー 牛乳
昼	牛丼 ざーサイの冷奴 チンゲン菜としめじのソテー りんごヨーグルト	ちゃんぽん 金平ごぼう 小松菜の錦糸和え ブドウゼリー	栗ごはん さんまの深見干 炊き合わせ 青りんごゼリー	米飯 鶏肉と豆腐の揚げだし れんこんサラダ バナナ	さんまご飯 チーズはんぺんフライ ごぼうのサラダ 赤だし	米飯 さげの石狩鍋風 ひじき入り卵焼き みかん	麦飯 マグロカツ キャベツのカレー炒め りんごヨーグルト
夕	米飯 かに玉 焼き餃子 なます	枝豆ピラフ タルタルチキンソテー 野菜サラダ マカロニスープ	麦飯 とんかつ かぼちゃのゆずかつお和え 青菜のソテー	さげちらし 大根の煮物 春菊のわさび和え さといものおみそ汁	米飯 中華風五目炒め 若竹の煮物 青菜の梅風味サラダ	米飯 松風焼き ほうれん草の和え物 豆腐のおみそ汁	米飯 炒り鶏 もやしの和え物 玉ねぎのおみそ汁
	平成28年11月28日(月)	平成28年11月29日(火)	平成28年11月30日(水)				
朝	【温】エッグトースト&ミルクパン パンがかりムスブ ヤクルト	レモンフラワーパン ほうれん草とたまごの炒め物 牛乳	シュガーバターコップ ピーンズサラダ 牛乳				
昼	豚肉と野菜のピピン風ご飯 (冷)中華豆腐 玉子スープ 杏仁フルーツ	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 大学いも	にしんそば さつま芋と枝豆のかきあげ 菜の花のからし和え みかん				
夕	米飯 ほぎの蒲焼き 冬瓜の煮物 かぼちゃとアスパラのサラダ	米飯 鶏肉の照り焼きマルド風味 切干大根の酢の物 大豆のスープ	麦飯 鶏肉のごまみそ照り焼き キャベツと沢庵の和え物 えのきのお吸いもの				

- 今月の行事食●
 ・11月9日(水) 昼食 お楽しみメニュー
 ・11月13日(日) 昼食 ひふみ園祭

ひふみ園祭がやってきました。今年も施設から飲食模擬店は5店舗出店します。メニューは、利用者さんに決めていただきました。ひふみ園祭のメニューを決める時はたいがい気温が暑い時期で、みなさんアイスクリームやカキ氷をおっしゃいます(笑)今年も例年とまた違ったメニューになっていて楽しみです。当日、是非晴れると信じて、ご来園お待ちしております。(管理栄養士 枝澤)