2026年 11月 献立表



11月の行事食

9日　海鮮丼
21日　リクエストメニュー
（天津飯）

フロア行事では
2F　出前イベント
3F　パンケーキ作り
の予定です





	1（日）	2（月）	3（火）	4（水）	5（木）	6（金）	7（土）	8（日）
朝食	レーズンパン コーンスープ オムレツ みかん缶 牛乳	米飯 味噌汁（キャベツ） がんも煮 佃煮（たいみそ） 牛乳	米飯 味噌汁（かぼちゃ） 野菜金平 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁（大根） ちくわの煮物 さくら漬け 牛乳	野菜雑炊 味噌汁（まいたけ） 里芋の煮物 牛乳	米飯 味噌汁（ほうれん草） ピーマンソテー ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁（豆腐） 冬瓜の煮物 たくあん漬け 牛乳	ロールパン コンソメスープ ミートボール 洋なし缶 牛乳
昼食	赤飯 味噌汁（大根） 豚のねぎ焼き かぼちゃの煮物 わかめの酢の物	菜飯 とろろそば なすの炒め物 黄桃缶	米飯 味噌汁（しいたけ） 肉豆腐 冬瓜の吉野煮 春雨サラダ	五目寿司 すまし汁(えのき) 厚揚げ煮	米飯 スープ（小松菜） エビチリ 大根のコンソメ煮 キャベツの磯香和え	米飯 味噌汁（たまねぎ） お好み焼き 五目きんちゃく煮 もやしの酢の物	カレーライス コールスローサラダ フルーツヨーグルト 福神漬け	米飯 味噌汁（里芋） 鮭のムニエル 小松菜の炒め物 白和え
昼間食	酒まんじゅう	オレンジゼリー	サッポロポテト	えらべるおやつ	いちごエクレア	プリン	メープルプチケーキ	抹茶まんじゅう
夕食	米飯 味噌汁（えのき） 豚肉の生姜焼き なすの揚げ煮 カニカマサラダ	米飯 味噌汁（白菜） 豚肉柳川風 青梗菜の煮浸し ブロッコリーの和え物	米飯 味噌汁（あさり） 赤魚のおろし煮 五目炒め さつまいもサラダ	米飯 味噌汁（冬瓜） ポークチャップ かぼちゃソテー きのこのマヨサラダ	米飯 味噌汁（じゃがいも） カレイの白醤油漬け 白菜の卵とじ ブロッコリーのサラダ	米飯 味噌汁（なす） タンドリーチキン ごぼうとこんにゃくの土佐 オクラの和え物	米飯 味噌汁（しめじ） さごしの幽庵焼き はんぺんの煮物 春菊のお浸し	米飯 味噌汁（ごぼう） 牛肉のおろしかけ 魚肉ソーセージの炒め物 スパサラダ

	9（月）	10（火）	11（水）	12（木）	13（金）	14（土）	15（日）
朝食	米飯 味噌汁（えのき） 切干大根煮 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁（もやし） 肉団子の煮物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁（里芋） ジャーマンポテト かっぱ漬け 牛乳	青菜雑炊 味噌汁（たまねぎ） かぼちゃの煮物 牛乳	米飯 味噌汁（じゃがいも） はんぺんバター炒め ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁（青梗菜） もやし炒め さくら漬け 牛乳	あんぱん コーンスープ ほうれん草ソテー パイン缶 牛乳
昼食	海鮮丼 豚汁 ほうれん草のお浸し	米飯 味噌汁（しいたけ） 白身魚フライ はんぺんの卵とじ 青梗菜のなめ茸和え	ゆかり飯 けんちんうどん みかん缶 ゴマドレサラダ	牛丼 具沢山味噌汁 ブロッコリーマヨ和え 温泉卵	米飯 中華スープ（たまご） 八宝菜 春巻き きゅうりの和え物	米飯 すまし汁（まいたけ） さばの塩焼き 里芋の味噌煮 ピーマンのおかか和え	ハヤシライス シーザーサラダ フルーツヨーグルト 福神漬け
昼間食	マスカットゼリー	雪の宿	えらべるおやつ	パンケーキ(抹茶)	ババロア	田舎まんじゅう	ショコラプチケーキ
夕食	米飯 すまし汁(大根) 鯖の味噌煮 かぼちゃソテー ポテトサラダ	米飯 味噌汁（豆腐） 牛肉のガーリック焼き ピーマン炒め オニオンサラダ	米飯 味噌汁（小松菜） さごしの生姜煮 大根のコンソメ煮 春雨の酢の物	米飯 味噌汁（しめじ） 五目卵焼き シーフード炒め ほうれん草のくるみ和え	米飯 味噌汁（さつまいも） 赤魚の西京焼き ビーフン炒め コールスローサラダ	米飯 味噌汁（かぼちゃ） 筑前煮 しゅうまい マカロニサラダ	米飯 味噌汁（なす） 魚の塩たれあんかけ 高野豆腐の煮物 オニオンサラダ

	16（月）	17（火）	18（水）	19（木）	20（金）	21（土）	22（日）
朝食	米飯 味噌汁（たまねぎ） 冬瓜の煮物 佃煮(梅びしお) 牛乳	米飯 味噌汁（さつまいも） 肉団子の煮物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁（たまねぎ） 白菜の煮物 たくあん漬け 牛乳	芋雑炊 味噌汁（ごぼう） 青梗菜の煮浸し 牛乳	米飯 味噌汁（冬瓜） 五目きんちゃく煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁（じゃがいも） ちくわの煮物 かっぱ漬け 牛乳	ロールパン コンソメスープ はんぺんバター炒め 黄桃缶 牛乳
昼食	わかめご飯 味噌ラーメン 五目煮 バナナ	米飯 味噌汁（しいたけ） チキン南蛮 切干大根煮 カリフラワーサラダ	鮭寿司 すまし汁（しめじ） 炒り豆腐	米飯 味噌汁（かぼちゃ） えびフライ 野菜の卵炒め ポテトサラダ	天津飯風 スープ 餃子 みかん	米飯 味噌汁（まいたけ） 鶏の梅香やき ほうれん草のクリーム煮 きのこサラダ	米飯 味噌汁（キャベツ） 赤魚の生姜煮 大豆のトマト煮 青梗菜のお浸し
昼間食	青りんごゼリー	かっぱえびせん	えらべるおやつ	たいやき(カスタード)	いちごプリン	パンケーキ(きなこ)	黒糖まんじゅう
夕食	米飯 味噌汁（えのき） 豚肉の生姜焼き なすの揚げ煮 カニカマサラダ	米飯 味噌汁（もやし） ほっけの磯辺焼き ごぼうのしぐれ煮 ほうれん草の和え物	米飯 味噌汁（里芋） 親子煮 高菜炒め わかめの酢の物	米飯 味噌汁（なす） 白身魚の香り蒸し 大根のおかか煮 春菊のピーナツ和え	米飯 味噌汁（小松菜） 豚肉のおろしかけ かぼちゃの含め煮 カリフラワーの甘酢和え	米飯 味噌汁(たまご) カレイの幽庵焼き こんにゃくの炒め物 白菜の昆布和え	米飯 味噌汁（豆腐） 煮込みハンバーグ かぼちゃソテー フレンチサラダ

	23（月）	24（火）	25（水）	26（木）	27（金）	28（土）	29（日）
朝食	米飯 味噌汁（えのき） もやしとウインナーの炒め 佃煮（ゆずみそ） 牛乳	米飯 味噌汁（ごぼう） なすの煮物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁（キャベツ） 小松菜の煮びたし さくら漬け 牛乳	なめし雑炊 味噌汁（さつまいも） 大豆の煮物 牛乳	米飯 味噌汁（もやし） 切干大根煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁（かぼちゃ） 里芋の煮物 たくあん漬け 牛乳	レーズンパン コンソメスープ ミートボール リンゴ缶 牛乳
昼食	コーンピラフ クリームシチュー 野菜サラダ フルーツポンチ	米飯 春雨スープ 鮭の塩焼き 厚揚げ煮 青梗菜のナムル	ゆかりご飯 たまごとじうどん 五目煮 黄桃缶	米飯 すまし汁（豆腐） さごしの味噌マヨ焼き きんぴられんこん キャベツとしいたけのゴマ	米飯 味噌汁（ほうれん草） 肉じゃが 海老しゅうまい わかめの酢味噌和え	カレーライス ブロッコリーとトマトのサ フルーツポンチ 福神漬け	米飯 味噌汁（まいたけ） 鶏の塩麹蒸し 大豆煮豆 なめたけおろし和え
昼間食	ぶどうゼリー	キャラメルコーン	えらべるおやつ	パンケーキ(メープル)	フルーチェ	エクレア	たい焼き(こしあん)
夕食	米飯 味噌汁（冬瓜） 白身魚のパン粉焼き さつまいもの昆布煮 ほうれん草の和え物	米飯 味噌汁（大根） 焼肉風 ピーマン炒め 白菜のポン酢じょうゆ	米飯 味噌汁（里芋） ホッケの磯香ムニエル かぼちゃのいとこ煮 もやしのごまドレ和え	米飯 味噌汁（白菜） チキンソテー なすと厚揚げの炒め物 青梗菜と錦糸の和え物	米飯 味噌汁（しいたけ） 魚の酒蒸し 冬瓜のそぼろ煮 コールスローサラダ	米飯 味噌汁（しめじ） すき焼き風煮 茄子の田楽 温泉卵	米飯 味噌汁（たまねぎ） さばの野菜あんかけ さつま芋とりんごの煮物 とろろいも

	30（月）
朝食	米飯 味噌汁（なす） 魚肉ソーセージの炒め物 佃煮（うめびしお） 牛乳
昼食	米飯 コンソメスープ(たまねぎ) クリームコロッケ さつまいもサラダ 白桃缶
昼間食	ストロベリーゼリー
夕食	米飯 味噌汁（じゃがいも） ほっけの塩焼き 青菜とさつま揚げの煮物 白和え