



献立表



令和8年11月



	11月	11月1日 日
朝食	11月24日は「和食の日」です 11月24日（いいにほんしょく）という語呂合わせから、一般社団法人和食文化国民会議が「和食の日」として制定しました。 実りの季節である11月は「和食月間」でもあり、五穀豊穰を祈るお祭りなどの行事が各地で行われます。 この大切な秋の日に、日本人ひとりひとりが、伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・継承していくことの大切さを再認識するきっかけの日となっていくように願いを込めて制定されました。 11月21日は行事食です お楽しみに(^▽^)/	いわしのつみれ煮 ぬた和え 清汁 野菜ジュース
昼食		鶏肉みぞれあん さつまいも甘煮 なめたけ和え 味噌汁
夕食		厚揚げのみそ炒め ツナの野菜炒め ブロッコリーの辛子和え パイナップル



都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。



献立表



令和8年11月



	11月2日 月	11月3日 火	11月4日 水	11月5日 木	11月6日 金	11月7日 土	11月8日 日
朝食	エビ団子チリソース 白和え 味噌汁 牛乳	里芋けんちん煮 紅白なます 味噌汁 牛乳 	田舎煮 チンゲン菜のサラダ 味噌汁 牛乳	豆腐のカニあんかけ わさび風味サラダ 味噌汁 野菜ジュース	玉子焼き ブロッコリーの香味和え 味噌汁 野菜ジュース	白はんぺんの煮物 もやしとアサリの生姜和え 味噌汁 牛乳	南瓜のグラタン風 小松菜のポン酢和え 味噌汁 ヨーグルト 
昼食	ポテトオムレツ なすと油揚げ煮 スパイシーサラダ 中華スープ	鶏の唐揚げ 大豆のトマト煮 キノコの和え物 味噌汁	豆腐ハンバーグキノコあん 中華風卵とじ ゆず風味和え 味噌汁	カレー  インゲンの中華炒め カリフラワーサラダ コンソメスープ	ゆかりご飯 サバのみそ煮 しっとり卵の花炒り煮 白菜の梅かつお和え 清汁 	オニオンソースハンバーグ マカロニクリーム煮 ほうれん草のゴマ和え コンソメスープ	チキン南蛮 かぶのやわらか煮 ブロッコリーサラダ ホタテ風味 味噌汁
夕食	鶏の塩麴焼き インゲンの金平 玉ねぎのマリネ キウイフルーツ	赤魚のおろしがけ 南瓜の甘煮 小松菜の辛子和え 洋梨缶	鮭のムニエル 信田煮 胡瓜の酢の物 もも缶	味噌つくね 金平ごぼう 白菜ゆかり和え オレンジ	豚肉のオイスター炒め インゲンの煮物 長芋なめ茸和え パイナップル 	鶏肉のバジルソース ジャーマンポテト グリーンサラダ りんご缶	中華風ふっくらオムレツ なすのみそ煮 キャベツとハムのサラダ 洋梨缶



都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年11月

	11月9日 月	11月10日 火	11月11日 水	11月12日 木	11月13日 金	11月14日 土	11月15日 日
朝食	煮豆 マカロニサラダ 味噌汁 牛乳	さつま揚げの煮物 しらすおろし 味噌汁 牛乳	鯖の塩焼き 紅白なます 味噌汁 野菜ジュース	マカロニクリーム煮 キャベツと人参の和え物 味噌汁 牛乳	竹輪とインゲンの炒め ほうれん草だし酢和え 味噌汁 牛乳	じゃが芋のカレー炒め 小松菜のピーナッツ和え 味噌汁 牛乳	鶏肉となすさっぱり炒め 白菜の浅漬け 味噌汁 野菜ジュース
昼食	ポークチャップ もやし中華炒め 大根カニカマサラダ 味噌汁	麻婆豆腐 海鮮シュウマイ 白菜中華サラダ 中華スープ 	焼コロッケ2種 ひじき煮 小松菜のおかか和え 味噌汁	グリルチキン 真砂煮 サツマイモサラダ 味噌汁	さわらのチリソース 焼きそば 卵サラダ 味噌汁	おろしハンバーグ インゲンペペロンチーノ風 マヨネーズサラダ コンソメスープ	メバルのピリ辛焼き 里芋煮っころがし ほうれん草おかか和え 味噌汁 
夕食	メバルの野菜あんかけ ゴロゴロ根菜煮 コールスローサラダ 抹茶牛乳かん	鶏肉のピザ風焼き インゲンソテー もずくとキノコの和え物 オレンジ	かに玉(ジェフダ) 里芋そぼろ煮② カリフラワーのサラダ もも缶 	豚肉のカレー炒め 高野豆腐の煮物 もやしサラダ キウイフルーツ	酢豚 白菜の煮物 ビビンバ風ナムル カクテルフルーツ缶	鶏肉マスタードソース 春雨の中華煮 かぶの和え物 パイナップル 	厚揚げの旨煮 豚肉とゴボウしぐれ煮 もやしのなめ茸和え みかん缶

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年11月

	11月16日 月	11月17日 火	11月18日 水	11月19日 木	11月20日 金	11月21日 土	11月22日 日
朝食	切昆布煮(サツマアゲ) トマトサラダ 味噌汁 牛乳	豆乳煮 キャベツ昆布和え 味噌汁 野菜ジュース	麻婆大根 白菜中華和え 味噌汁 牛乳	西京焼き ブロッコリー辛子和え 清汁 牛乳	ちゃんぽん煮 ゆず大根 味噌汁 牛乳	玉子焼き オニオンのコールスロー 味噌汁 牛乳	小松菜の煮物 ツナタマゴサラダ 味噌汁 牛乳
昼食	サバの南蛮漬け ジャガイモと油揚げ煮 ササミとシメジの香味サラダ 味噌汁	時雨煮ごはん 鶏肉の甘酢あん 厚揚げと大根煮 三色和え 味噌汁	白身魚のタラコ焼き 柳川風 海藻サラダ 味噌汁	豚キムチ 南瓜のゴマ煮 切干大根のサラダ 中華スープ	豆腐のタラコあん 里芋と豚肉煮 なすのポン酢和え 味噌汁	鶏飯 牛すき焼き 小松菜とキノコ炒め物 三色なます ぶどうカルピスゼリー	豆腐ハンバーグカレーあん ジャガイモコンソメ煮 なすの青じそ和え 味噌汁
夕食	鶏の柚子胡椒焼き かぶの煮物 南瓜のゴママヨサラダ キウイフルーツ	スペイン風カレーオムレツ なすとウインナーソテー ほうれん草キノコサラダ ブラマンジェ	肉じゃが 小松菜の炒め物 カリフラワーゴマドレ 白桃缶	鶏のネギ塩焼き 煮豆 かぶのレモン漬け カクテルフルーツ缶	さばバーベキューソース 白菜のシメジ煮 バンバンジーサラダ パイナップル	あじの塩焼き 白はんぺん煮物 胡瓜のサラダ オレンジ	鶏のゴマダレ焼き もち麦トマト煮 玉ねぎサラダ 洋梨缶

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。

献立表

令和8年11月

	11月23日 月	11月24日 火	11月25日 水	11月26日 木	11月27日 金	11月28日 土	11月29日 日
朝食	木の葉煮 長芋なめたけ和え 味噌汁 野菜ジュース 	いわしのつみれ煮 キャベツ香味サラダ 味噌汁 牛乳	青梗菜オイスター炒め キノコの和え物 清汁 牛乳 	チーズシチュー もずくのポン酢和え 味噌汁 野菜ジュース 	ホキの味噌マヨ焼き 小松菜の和え物 清汁 牛乳	里芋と鶏肉の旨煮 チンゲン菜サラダ 味噌汁 牛乳	ふんわり天 ほうれん草の磯和え 味噌汁 牛乳
昼食	鶏の磯辺揚げ チンゲン菜炒め煮 トマトと胡瓜のサラダ 味噌汁	鰯のみぞれあん 筑前煮 カリフラワー卵サラダ 味噌汁	かに玉(ジェフダ) ジャガイモのそぼろ煮 大根ツナマヨ 味噌汁	とり天 ブロッコリー中華煮 うぐいす豆 清汁	麻婆茄子 長芋かにあんかけ ささみ和え 卵とホウレン草の中華スープ	ポークストロガノフ キャベツソテー カクテルサラダ コンソメスープ	韓国風焼き肉 南瓜煮物 白菜マヨネーズ和え 味噌汁
夕食	サバの味噌マヨ焼き かぶのそぼろ煮 キャロットラペ 白桃缶	鶏団子トマト煮 インゲンのバター風炒め ピクルス カルピスゼリー	酢鶏 油茄子 南蛮サラダ キウイフルーツ 	豚肉香味炒め ナポリタン 白ハンペンおかか和え カクテルフルーツ缶 	スパニッシュオムレツ チンゲン菜の洋風煮 薬味きゅうり オレンジ	鶏肉ガーリックソース きのこのバター炒め カブのゆかり和え パイナップル	白身魚ネギチリ焼き 厚揚げナスみぞれ煮 小松菜とハムのゴマドレ 白桃缶

都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。



献立表



令和8年11月



	11月30日 月	
朝食	カニ入り玉子焼き 白菜さっぱり和え 味噌汁 野菜ジュース 	
昼食	麦飯 メバルの西京焼き 高野豆腐含め煮 とろろ汁 清汁	
夕食	親子煮 さつま芋レモン煮 たらこサラダ キウイフルーツ 	



都合により献立の内容が変更することがあります。
ご了承ください。