

2020年 11月の予定献立表 (初期食)

日	曜	昼食
1	日	
2	月	おかゆペースト 野菜スープ 人参ペースト 玉ねぎペースト 小松菜ペースト
3	火	文化の日
4	水	おかゆペースト 野菜スープ 白菜ペースト 大根ペースト 胡瓜ペースト
5	木	おかゆペースト 野菜スープ じゃがいもペースト キャベツペースト 玉ねぎペースト
6	金	おかゆペースト 野菜スープ かぼちゃペースト ブロッコリーペースト 人参ペースト
7	土	おかゆペースト 野菜スープ 白菜ペースト キャベツペースト 玉ねぎペースト
8	日	
9	月	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト 人参ペースト キャベツペースト
10	火	おかゆペースト 野菜スープ 大根ペースト ほうれん草ペースト 胡瓜ペースト
11	水	おかゆペースト 野菜スープ さつまいもペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト
12	木	非常食体験:野菜だし仕立てのおかゆ かぼちゃとさつまいものうらごし
13	金	おかゆペースト 野菜スープ テンゲン菜ペースト じゃがいもペースト 人参ペースト
14	土	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト キャベツペースト じゃがいもペースト
15	日	
16	月	おかゆペースト 野菜スープ 人参ペースト 胡瓜ペースト キャベツペースト
17	火	おかゆペースト 野菜スープ トマトペースト じゃがいもペースト 玉ねぎペースト
18	水	おかゆペースト 野菜スープ 小松菜ペースト 胡瓜ペースト 人参ペースト
19	木	おかゆペースト 野菜スープ 人参ペースト 玉ねぎペースト 白菜ペースト
20	金	おかゆペースト 野菜スープ じゃがいもペースト 胡瓜ペースト キャベツペースト
21	土	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト 人参ペースト じゃがいもペースト
22	日	
23	月	勤労感謝の日
24	火	おかゆペースト 野菜スープ 白菜ペースト 玉ねぎペースト ほうれん草ペースト
25	水	おかゆペースト 野菜スープ 小松菜ペースト 胡瓜ペースト じゃがいもペースト
26	木	おかゆペースト 野菜スープ 大根ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト
27	金	おかゆペースト 野菜スープ かぼちゃペースト ブロッコリーペースト 人参ペースト
28	土	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト 白菜ペースト ほうれん草ペースト
29	日	
30	月	おかゆペースト 野菜スープ 小松菜ペースト 大根ペースト 人参ペースト

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。

2020年 11月の予定献立表 (後期食)

日	曜	昼食	おやつ
1	日		
2	月	軟飯 味噌汁 白身魚のうま煮 小松菜の和え物 パナナ	軟飯 小松菜のスープ 豆腐の野菜煮
3	火	文化の日	
4	水	軟飯 春雨スープ 白身魚のムニエル 大根サラダ	軟飯 すまし汁 鶏肉と玉ねぎのうま煮
5	木	軟飯 豆腐のすまし汁 鶏肉の照り焼き キャベツのサラダ りんご	軟飯 野菜スープ 白身魚とじゃがいもの煮物
6	金	食パン かぼちゃの豆乳スープ じゃがいものおやき ブロッコリーのサラダ	軟飯 玉ねぎのすまし汁 しらすのトマト煮込み
7	土	ツナ軟飯 白菜スープ キャベツのサラダ	軟飯 すまし汁 鶏肉の中華煮
8	日		
9	月	ミートスパゲティ 野菜スープ 胡瓜とコーンのサラダ	軟飯 すまし汁 白身魚とキャベツのだし煮
10	火	軟飯 のっぺい汁 擬製豆腐 春雨サラダ	軟飯 ほうれん草のスープ しらすと大根のうま煮
11	水	軟飯 中華風スープ 鮭ときのこの煮物 ほうれん草の和え物	軟飯 玉ねぎのすまし汁 豆腐とさつまいものだし煮
12	木	非常食体験:野菜ときのこのおかけ 鶏肉と里芋の煮ころがし	軟飯 大根のすまし汁 鶏肉の野菜煮
13	金	軟飯 セロリのスープ 鶏肉とじゃがいものトマト煮 ひじきと人参の和え物	軟飯 すまし汁 白身魚のうま煮
14	土	鶏そぼろ軟飯 豆腐としめじのすまし汁 キャベツの和え物	軟飯 玉ねぎスープ しらすとキャベツの煮物
15	日		
16	月	きのこ雑炊 里芋の味噌汁 白身魚の塩焼き 胡瓜のサラダ	軟飯 玉ねぎのすまし汁 豆腐の野菜煮
17	火	食パン トマトスープ 鶏肉の照り焼き 胡瓜と人参の和え物	軟飯 すまし汁 白身魚のうま煮
18	水	軟飯 小松菜のすまし汁 鶏肉と茄子の煮物 ひじきのサラダ	軟飯 野菜スープ しらすとじゃがいもの和風煮
19	木	おじや しめじの味噌汁 白身魚の照り焼き 白菜の和え物 りんご	軟飯 白菜スープ 鶏肉とキャベツの煮物
20	金	軟飯 コーンスープ 鶏肉とじゃがいものトマト煮 胡瓜の和え物	食パン キャベツのすまし汁 白身魚の洋風煮
21	土	おじや キャベツの中華スープ もやしとツナの煮物 パナナ	軟飯 すまし汁 豆腐のうま煮
22	日		
23	月	勤労感謝の日	
24	火	軟飯 鶏がらスープ マーボー豆腐 ほうれん草の和え物	軟飯 すまし汁 白身魚と白菜のうま煮
25	水	軟飯 小松菜の味噌汁 白身魚のあんかけ 大豆と胡瓜のサラダ	軟飯 玉ねぎのすまし汁 鶏肉とさつまいもの煮物
26	木	煮込みうどん ピーマンのツナ和え オレンジ	軟飯 玉ねぎスープ 豆腐と小松菜のだし煮
27	金	軟飯 かぼちゃのスープ ハンバーグ ブロッコリーのサラダ	軟飯 すまし汁 しらすの野菜煮
28	土	軟飯 なめこの味噌汁 鶏肉とほうれん草の煮物	軟飯 野菜スープ 白身魚と白菜のうま煮
29	日		
30	月	軟飯 えのきのすまし汁 鶏肉の照り焼き 小松菜とコーンのサラダ	食パン すまし汁 豆腐の中華風煮物

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。

※素材本来の味を大切に、薄味を心がけています。