

秋の味覚御膳

＊ 栗御飯

＊ 秋鮭の朴葉焼

＊ 秋茄子と

鶏肉のみぞれ煮

＊ 秋の実白和え

＊ 菊花椀

＊ マロンババロア



特別養護老人ホーム

矢那梅の香園

令和七年十月十日



特別養護老人ホーム

矢那梅の香園

2025年11月 献立表

						11/1(土)	11/2(日)
朝食						米飯 味噌汁（もやし） はんぺん磯辺焼 小松菜のピーナツ和え ヨーグルト	米飯 味噌汁（キャベツ） 五目煮 漬物 ヨーグルト
昼食						米飯 味噌汁（白菜） 鶏のマスタード焼き きのこの甘辛炒め パナナムース	米飯 すまし汁（麴） さばの味噌煮 温奴 フルーツ(黄桃缶)
夕食						米飯 中華スープ（冬瓜） 中華風炒り卵 青梗菜のドレッシング和え	米飯 味噌汁（オクラ） 肉野菜炒め 大根と野沢菜の和え物
	11/3(月)	11/4(火)	11/5(水)	11/6(木)	11/7(金)	11/8(土)	11/9(日)
朝食	米飯 味噌汁（かぶ） ミートボール のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（花麴） 温泉玉子 金平ごぼう ヨーグルト	米飯 味噌汁（葉大根） 厚揚げの煮物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（春菊） 魚肉ソーセージ炒め 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁（きゃべつ） オムレツ 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（えのき） 小松菜と油揚げの煮浸し キムチ納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（豆腐） かんぱちハンバーグ 春菊の胡麻和え ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁（油揚げ） ますのバター醤油焼き じゃが芋のそぼろ煮 白菜のゆかり和え	米飯 味噌汁（しめじ） 豚肉生姜焼き れんこんのゴママヨ和え フルーツ(洋梨缶)	チキンカレー コールスローサラダ フルーツ（みかん缶） ヤクルト	米飯 すまし汁（麴） あじの南蛮漬け 大根の煮物 スパゲティサラダ	紅葉御飯 清汁 鶏の紅葉焼き 旬菜天麴羅 松茸万頭 ねりきり	米飯 コンソメスープ（ほうれん草） ハンバーグ カラフルサラダ フルーツ（バナナ）	米飯 わかめスープ 麻婆茄子 春雨サラダ フルーツ（パイナップル缶）
夕食	米飯 味噌汁（水菜） チキンソテー 和風ステーキソースかけ 温野菜サラダ	米飯 すまし汁（えのき） ぶりの照り焼き 春雨の酢の物	米飯 味噌汁（もやし） タラの酒蒸し いか団子と冬瓜煮	米飯 味噌汁（さつまいも） 柳川風 白菜の青じそ和え	米飯 味噌汁（かぶ） もやしと豆腐のピリ辛炒め スナックえんどうの塩昆布和え	米飯 すまし汁（花麴） 赤魚のゆずこしょう焼き かぼちゃのいとし煮	米飯 味噌汁（さつまいも） タラのパン粉焼き 刻み昆布の煮物
	11/10(月)	11/11(火)	11/12(水)	11/13(木)	11/14(金)	11/15(土)	11/16(日)
朝食	米飯 味噌汁（里芋） みそ炒り卵 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（白菜） えび団子のとろみ煮 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁（青梗菜） 野菜と車麴の煮物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（油揚げ） 玉子ロール 青菜のお浸し ヨーグルト	米飯 味噌汁（麴） ごぼうとちくわの煮物 ふりかけ ヨーグルト	食パン コンソメスープ（いんげん） スクランブルエッグ シーザーサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（わかめ） 高野豆腐の煮物 ねぎ納豆 ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁（玉葱） さばの塩焼き がんもの煮物 菜の花の柚子和え	米飯 中華スープ（なると） 回鍋肉 海藻サラダ フルーツ(みかん缶)	三色丼 味噌汁（冬瓜） 高野豆腐の含め煮 マカロニとキャベツの辛子マヨ	ソース焼きそば 中華スープ（わかめ） シュウマイ マンゴープリン	米飯 味噌汁（玉ねぎ） 鶏肉の柚子胡椒焼き 冬瓜のカニあんかけ フルーツ（洋ナシ缶）	米飯 すまし汁（麴） 白身魚のチリソース 切干煮 青梗菜のドレッシング和え	米飯 すまし汁（花麴） 豚肉の葱味噌焼き 揚げだし豆腐のなめこあんかけ フルーツ（りんご缶）
夕食	米飯 すまし汁（麴） 鶏肉の甘酢あんかけ 小松菜のソテー	米飯 味噌汁（椎茸） 赤魚の煮つけ スナックピースとベーコンの炒め物	米飯 すまし汁（はんぺん） サワラの西京味噌焼き もやしとレバーの和え物	米飯 味噌汁（豆腐） あじの梅香焼き さつま芋のレモン煮	米飯 すまし汁（そうめん） ブリ大根 茄子とピーマンのにんにく炒め	米飯 味噌汁（もやし） 炒り鶏 白菜の和え物	米飯 味噌汁（玉葱） たらのコーンマヨネーズ焼き さつま揚げとじゃが芋の煮物
	11/17(月)	11/18(火)	11/19(水)	11/20(木)	11/21(金)	11/22(土)	11/23(日)
朝食	米飯 味噌汁（菜の花） ウインナーと野菜のソテー 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（もやし） 肉詰めいなり煮 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（玉葱） はんぺんバター醤油焼 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（さつま芋） いわしのつみれ煮 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（なす） 目玉焼き ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（春菊） 海老団子の煮物 ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁（菜の花） 野菜炒め しそ納豆 ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁（大根） カツ煮 マカロニサラダ フルーツ（黄桃缶）	米飯 味噌汁（しいたけ） サバのごま照焼き 肉じゃが ほうれん草のお浸し	米飯 味噌汁（豆腐） チキン南蛮 ひじき煮 焼きなす	うな丼 すまし汁（花麴） ゆかり和え	米飯 コンソメスープ（菜の花） チキンソテークリームソース れんこんの甘酢炒め マスカットゼリー	米飯 味噌汁（もやし） さわらのネギ塩焼き 厚揚げの麻婆炒め フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁（わかめ） ポークチャップ 切干大根の煮物 小松菜のおかか和え
夕食	米飯 味噌汁（ほうれん草） マスのムニエル れんこんの煮物	米飯 すまし汁（はんぺん） 千草焼き ごぼうとこんにゃくの炒り煮	米飯 味噌汁（わかめ） あじの柚庵焼き きのこの炒め物	米飯 コンソメスープ（青梗菜） 豚肉塩ダレ炒め カリフラワーのサラダ	米飯 すまし汁（花麴） 白身魚のみそマヨ焼 青梗菜のベーコン炒め	米飯 すまし汁（卵豆腐） 豆腐ハンバーグ野菜あんかけ スナックえんどうの塩昆布和え	米飯 すまし汁（花麴） 赤魚の粕漬焼き 里芋のそぼろ煮
	11/24(月)	11/25(火)	11/26(水)	11/27(木)	11/28(金)	11/29(土)	11/30(日)
朝食	米飯 味噌汁（チンゲン菜） がんもの煮物 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁（もやし） 車麴の卵とじ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（じゃが芋） はんぺんの煮物 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（冬瓜） ミートボール 小松菜のボン酢和え ヨーグルト	食パン ポタージュスープ たまごロール 菜の花サラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（えのき） 野菜とソーセージの炒め物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁（里芋） おろし納豆 ほうれん草の煮浸し ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁（キャベツ） タラの竜田揚げ和風あんかけ 田舎煮 ポテトサラダ	カレーうどん 栗コロッケ 4種豆のサラダ いちごムース	米飯 中華スープ（なると） 麻婆豆腐 ザーサイ和え フルーツ（黄桃缶）	米飯 味噌汁（麴） チキンマーメレード焼き 大根とちくわ煮 ほうれん草のお浸し	ハヤシライス レタスサラダ フルーツ（バナナ） ヤクルト	米飯 すまし汁（オクラ） ますのちゃんちゃん焼き風 厚揚げの煮物 ブドウゼリー	米飯 わかめスープ 酢鶏 ビーフンソテー フルーツ（パイナップル缶）
夕食	米飯 味噌汁（南瓜） 豆腐の五目煮 インゲンのわさび和え	米飯 すまし汁（椎茸） 肉団子の春雨煮 ひじきサラダ	米飯 味噌汁（菜の花） あじの生姜おろしあん さつま芋のレーズン煮	米飯 味噌汁（水菜） ぶりの煮付け もやしと鶏レバー炒め	米飯 味噌汁（なす） 豚肉のすき焼き風煮 野菜のチーズ焼き	米飯 味噌汁（もやし） 豚肉と野菜の旨煮 揚げ茄子のボン酢かけ	米飯 すまし汁（豆腐） オムレツトマトソース こんにゃくの炒め煮