献　立　表【一般食（常食）・選択食】

		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	A	御飯 白菜のみそ汁 洋風卵とじ 牛乳 果物	御飯 小松菜のみそ汁 マカロニサラダ 半熟卵 果物	御飯 大根のみそ汁 炒り煮 ヨーグルト 果物	御飯 じゃが芋のみそ汁 炒り卵 牛乳 果物	御飯 なすのみそ汁 ピーナツ和え 納豆 ヨーグルト	御飯 玉葱のみそ汁 白菜サラダ 半熟卵 ヤクルト400LT	御飯 大根のみそ汁 ツナソテー のむヨーグルト 果物
	B	パン ハチミツ 牛乳 洋風卵とじ 果物	パン ハチミツ 牛乳 マカロニサラダ 果物	パン ブルーベリージャム 牛乳 炒り煮 果物	パン ハチミツ 牛乳 炒り卵 果物	パン ハチミツ 牛乳 チーズ ピーナツ和え	パン ブルーベリージャム 牛乳 半熟卵 白菜サラダ	パン ハチミツ 牛乳 ツナソテー 果物
昼	A	御飯 しめじとわかめのみそ汁 麻婆豆腐 華風和え 杏仁豆腐	ミートソース スイートポテト シーフードサラダ 果物	御飯 うずら卵とえのきの清汁 サバの照り焼き 豆腐と海藻のサラダ 金平れんこん	ポークカレー ごぼうサラダ ぶどう豆 果物	御飯 コーンスープ カマスのピザ風焼き 華風サラダ 佃煮風	御飯 けんちん汁 ハニーマスタード チキン 冷しゃぶごまサラダ 果物	御飯 なすともやしの赤だし 肉じゃが 大豆サラダ のり佃煮
夕	A	御飯 クラムチャウダー **ホキのナッツ揚げ** 蓮根のわさび酢和え 果物	御飯 白菜と深ねぎの赤だし **アジの塩焼き** 高野豆腐のみぞれ和え 白胡麻ミルク羹	御飯 豚汁 **鶏肉の** **パセリソースかけ** 辛子醤油和え 果物	御飯 ビーフンスープ **赤魚の野菜あんかけ** 大根と春菊の酢の物 ふりかけ	御飯 さつま芋のみそ汁 **バンバンジー** 焼豆腐のそぼろあんかけ 果物	御飯 とろろとしめじの清汁 **アジの** **にんにくみそ焼き** ひじきのサラダ 牛乳羹(いちごソース)	御飯 豆腐とかいわれの清汁 **メルのフライ** ごま和え 果物
	B	パン クラムチャウダー **アスパラグラタン** 蓮根のわさび酢和え 果物	御飯 白菜と深ねぎの赤だし **牛肉の** **ネギレモンたれかけ** 高野豆腐のみぞれ和え 白胡麻ミルク羹	御飯 豚汁 **キンメの煮付け** 辛子醤油和え 果物	御飯 ビーフンスープ **ビーフコロッケ** 大根と春菊の酢の物 ふりかけ	御飯 さつま芋のみそ汁 **キスと野菜の天ぷら** 焼豆腐のそぼろあんかけ 果物	御飯 とろろとしめじの清汁 **和風おろし** **ハンバーグ** ひじきのサラダ 牛乳羹(いちごソース)	御飯 豆腐とかいわれの清汁 **ピーマンの肉詰め** **ごまソースかけ** ごま和え 果物

※　お食事はなるべく早くお召し上がり下さい。
※　天候、その他の理由により献立の一部を変更することがあります。
※　選択食Bは、朝食66円・夕食89円の負担増にて選べる「特別メニュー」です。希望される方はスタッフまでお声かけ下さい。
※　選択食（月～日曜日）の締め切り時間は前週の木曜日13：00です。締め切り時間以降の変更はできかねます。

栄養管理部