



2025年11月献立表



月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat	日 Sun
					1	2
					朝 ご飯・野菜の煮物	朝 ご飯・ほうれん草の卵焼き・ナムル・おくらおかか和え
					昼 炊き込みご飯・すき焼き・わかめスープ	昼 カレーうどん
					夜 ご飯・ハンバーグ・ナス炒め・小松菜ともやしのナムル	夜 ご飯・白菜のとりみ煮・ビーフステーキ・大芋いも
3 文化の日	4	5	6	7	8	9
朝 ご飯・卵焼き・ウインナー	朝 ご飯・卵焼き・ピーマン炒め	朝 ご飯・ハムエッグ・ちくわ炒め・味噌汁	朝 ご飯・卵焼き・ウインナー・漬物・味噌汁	朝 ご飯・卵焼き・ソーセージ・野菜サラダ・味噌汁	朝 ご飯・ちくわ炒め・卵焼き・きゅうりの浅漬け	朝 ご飯・きんぴらごぼう・卵焼き
昼 オムライス・おひたし	昼 クッパ・キウイフルーツ・手作りゼリー	昼 海老のバスタ・もやしのナムル・手作りゼリー・キウイフルーツ	昼 クッパ・卵サンドイッチ	昼 ハンバーガー・卵スープ	昼 ピザトースト・野菜スープ	昼 カレーピラフ・お餅
夜 ご飯・肉じゃが・かぼちゃサラダ・浅漬け	夜 チャーハン・ポテトサラダ・おひたし	夜 ご飯・牛焼肉・白菜の中華炒め・サラダ	夜 ご飯・根菜の煮物・さつまいも煮・わかめの味噌汁	夜 ご飯・青椒肉絲・卵サラダ・きんぴら	夜 バスタ・じゃこピーマン・大根と豚肉の煮物・ごぼうの唐揚げ	夜 ご飯・唐揚げれんこん煮・わかめナムル・白菜煮
10	11	12	13	14	15	16
朝 ご飯・ポテトサラダ・卵焼き	朝 ご飯・コールスローサラダ・ソーセージ	朝 ご飯・卵焼き・納豆・サラダ	朝 ご飯・焼き魚・味噌汁	朝 ご飯・卵焼き・焼き魚	朝 ご飯・焼き魚・大根の煮物	朝 ご飯・きゅうりの浅漬け・小松菜のりの和え物
昼 クリームシチュー・野菜炒め	昼 ご飯・ビーフシチュー・豆腐と玉ねぎ煮込み	昼 ご飯・ステーキ・チンゲン菜炒め・きんぴらごぼう	昼 ご飯・すき焼き・野菜スティック	昼 ビーフシチュー・かぼちゃの茶巾絞り	昼 ご飯・ブルコギ・ナムル・サラダ・味噌汁・リンゴ	昼 ラーメン・ピザトースト
夜 ご飯・かぼちゃの甘煮・巾着卵・ミートボール	夜 ご飯・里芋の煮物・サラダ	夜 ご飯・野菜炒め・鶏だんごスープ・キウイフルーツ・リンゴ	夜 ご飯・焼き餃子・大根の煮物・野菜サラダ	夜 ナポリタン・きゅうりサラダ	夜 ご飯・おでん・小松菜おひたし	夜 鶏とゴボウのさっぱり煮・海老の中華炒め
17	18	19	20	21	22	23 勤労感謝の日
朝 ご飯・焼き魚	朝 ご飯・卵焼き・納豆	朝 ご飯・山芋千切り・納豆	朝 ご飯・なめこの大根おろし・卵焼き	朝 ご飯・卵焼き・納豆・味噌汁	朝 ご飯・大根と人参のはりはり漬・納豆	朝 ご飯・切り干し大根・納豆
昼 ご飯・生姜焼き・すまし汁	昼 カレーライス・さつまいも甘煮・リンゴ	昼 ご飯・鰯汁・鰯のみそ焼き・リンゴ	昼 ご飯・ステーキ・わかめスープ・リンゴ	昼 肉うどん・リンゴ	昼 親子丼・味噌汁	昼 オムライス・コーンスープ
夜 ご飯・肉じゃが・キャベツの卵焼き・リンゴ	夜 ご飯・蓮根のはさみ焼き・サラダ・リンゴ	夜 ご飯・鳥の唐揚げ・野菜サラダ・リンゴ	夜 ご飯・大根の煮物・蓮根きんぴら・レタスサラダ	夜 ご飯・すき焼き・かぼちゃサラダ	夜 ご飯・野菜のそぼろあんかけ・生姜焼き	夜 鶏と白菜のクリーム煮・大根と油あげの煮物
24 振替休日	25	26	27	28	29	30
朝 ご飯・焼き魚・納豆	朝 ご飯・焼き魚・浅漬け	朝 ご飯・焼き魚・味噌汁	朝 ご飯・納豆・漬物・味噌汁	朝 ご飯・たまご焼き・なめこ味噌汁	朝 ご飯・肉じゃが	朝 ご飯・もやしと人参のナムル・焼き魚
昼 カレーピラフ・キャベツサラダ	昼 焼きそば・豚汁	昼 うどん・手羽元揚げ	昼 カレーライス・ほうれん草のおひたし	昼 昆布ご飯・豚汁	昼 卵チャーハン・キャベツサラダ・リンゴ	昼 ご飯・生姜焼き・ごぼうのごまサラダ・味噌汁
夜 里芋の煮ころがし・かにたま・浅漬け	夜 ご飯・イカ焼き・小松菜おひたし・きんぴらごぼう	夜 チャーハン・ポテトサラダ・ナスとピーマンの肉炒め	夜 ご飯・なめこおろし・イカ焼き・味噌汁	夜 ご飯・肉じゃが・きんぴら・アメリカンドッグ	夜 ご飯・大根の煮物・野菜のこんぶ和え	夜 オムそば・焼き魚・ポテトサラダ・チーズフライ