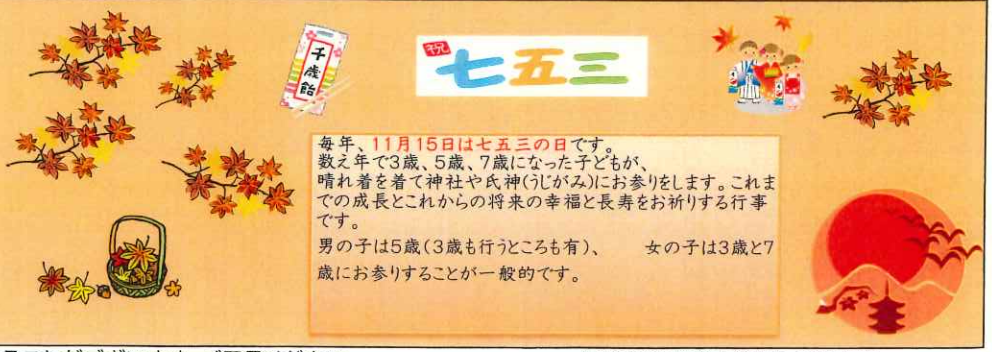
11月献立表

2026年

一冨士フードサービス（株）

	11月1日(日)	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)
朝食	ハムエッグ 大根サラダ コンソメスープ 牛乳	サワラのつけ焼 いんげんのごま和え 漬物　ミックスジュース 御飯　みそ汁	トマトリゾット 魚肉ソーセージのソテー スパゲティサラダ ジュース	玉子とじ 酢の物 漬物　牛乳 御飯　みそ汁	肉団子のトマト煮 花野菜サラダ ふりかけ　牛乳 御飯　みそ汁	生揚げの土佐煮 青菜のお浸し 漬物　ミックスジュース 御飯　みそ汁	にら玉雑炊 里芋のそぼろ煮 なめたけ和え 牛乳
昼食	鶏肉と野菜のたまねぎソース なすと車麸の煮物 青菜としめじのゆず和え 御飯　みそ汁	八宝菜風あんかけチャーハン もやしときくらげの中華和え 杏仁豆腐 中華スープ	かぶと鶏団子のシチュー コーンコロッケ ブロッコリーのドレッシング和え ピラフ	さばと玉ねぎの揚げ漬 焼なすの生姜和え 小松菜のわさび和え 御飯　赤だし	あんかけ肉蕎麦 揚げ出し豆腐 切干大根のごま酢和え フルーツ	鶏肉のごまみそ焼 茶碗蒸し しめじといんげんの和え物 御飯　すまし汁	カレーライス ほうれん草とハムのソテー フルーツ コンソメスープ
おやつ	抹茶ババロア	蒸しようかん	どら焼き	さつまいも蒸しパン	チョコパン	シュークリーム	ミルクティーゼリー
夕食	肉じゃが だし巻き卵 煮豆 御飯　みそ汁	和風玉子炒め はんぺんと大根の煮物 白菜の梅しそ和え 御飯　みそ汁	豚肉のオイスター炒め 鶏肉とれんこんの煮物 大根の酢の物 御飯　みそ汁	鶏肉の黒酢あん かに入りシューマイ 中華サラダ 御飯　中華スープ	えび入りしんじょうと根菜の煮物 春雨の炒めもの なすの揚げ浸し 御飯　みそ汁	松風焼 炊き合わせ さつまいもサラダ 御飯　みそ汁	白身魚の煮付 肉野菜炒め カリフラワーの甘酢漬 御飯　みそ汁
	11月8日(日)	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)
朝食	ポトフ コールスローサラダ フルーツ パン　牛乳	がんもと野菜の煮付 ほうれん草のごま和え 漬物　ミックスジュース 御飯　みそ汁	豆腐サンドの煮物 辛子和え のり佃煮　ジュース 御飯　みそ汁	はんぺんの磯辺焼き ピーナッツ和え 漬物　牛乳 御飯　みそ汁	つみれと野菜の煮物 大根の和え物 ふりかけ　牛乳 御飯　みそ汁	生揚げの煮付 納豆 漬物　ミックスジュース 御飯　みそ汁	きのこ雑炊 鶏肉と大根の煮物 小松菜のなめたけ和え 牛乳
昼食	回鍋肉 水ギョーザ 中華サラダ 御飯　中華コーンスープ	まいたけとベーコンのガーリックピラフ えびカツ 白菜のごまクリームサラダ スープ	油淋鶏（ユーリンチー） シューマイ カリフラワーサラダ 御飯　中華スープ		焼そば エッグサラダ フルーツ ワカメスープ	あじの南蛮漬 白菜とじゃがいものゆず煮 なすのぬた 御飯　すまし汁	鶏肉のみそ漬焼 切昆布の煮物 フルーツゼリー 御飯　すまし汁
おやつ	練り切り	スイスロール	コーヒーゼリー	手作りプリン	クリームパン	あんまん	きなこプリン　黒みつがけ
夕食	鶏肉のさっぱりお酢煮 なすのゴマ味噌だれ 大根とかにかまの和え物 御飯　すまし汁	赤魚の粕漬焼 高野豆腐の煮物 ごま酢和え 御飯　すまし汁	具だくさんオムレツ ウィンナーと野菜のソテー フルーチェ 御飯　スープ	ゆで豚と野菜のオーロラソースがけ ひじきとごぼうのごま味噌炒め 菜の花のお浸し 御飯　すまし汁	鶏肉の照焼 白菜と豆腐の煮物 酢の物 御飯　みそ汁	豚肉の味噌炒め 切干大根の煮物 チンゲンサイの辛子和え 御飯　すまし汁	ぶりの照焼 じゃがいもの旨煮 ちくわの磯マヨ和え 御飯　みそ汁
	11月15日(日)	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)
朝食	フレンチトースト ツナといんげんのソテー スパゲティサラダ パン　牛乳	豚肉と大根の煮物 いんげんの生姜和え 漬物　ミックスジュース 御飯　みそ汁	豆乳リゾット スクランブルエッグ ポテトサラダ ジュース	豚肉の玉子炒め 辛子和え 漬物　牛乳 御飯　みそ汁	さけの塩焼 ツナサラダ ふりかけ　牛乳 御飯　みそ汁	生揚げと野菜の五目煮 ほうれん草のなめたけ和え 漬物　ミックスジュース 梅しそ御飯　みそ汁	梅菜めし雑炊 大根と油揚げの煮物 小松菜のなめたけ和え 牛乳
昼食	チキンカツ がんもの煮物 長芋とオクラのおかか和え 御飯　みそ汁	ミートローフ かぶとベーコンのマスタードサラダ フルーツ ピラフ　コンソメスープ	かぼちゃコロッケ ふろふき大根 小松菜の煮浸し 御飯　すまし汁	赤飯 鳥天 かぶの含煮 白菜のゆず風味 赤だし	カレーうどん ちくわの紅生姜揚げ ブロッコリーと人参のサラダ ヤクルト	揚げ魚の3種きのこソース　バター醤油風味 さつま芋とレーズンの甘煮 大根サラダ フルーツ　コンソメスープ	八宝菜 揚豆腐のチリソースかけ ナムル 御飯　スープ
おやつ	大学芋	牛乳寒	抹茶蒸しパン	チョコレートケーキ	こしあんぱん	みたらし白玉	芋ようかん
夕食	豆腐の旨煮 かぼちゃサラダ 酢の物 菜めし御飯　みそ汁	五目玉子焼 肉じゃが きゅうりのもみ漬 御飯　みそ汁	鶏のねぎみそ焼 煮奴 柿のみぞれ和え 御飯　すまし汁	たらと温野菜の甘辛 がんもとじゃが芋の煮物 白菜の梅しそ和え 御飯　みそ汁	おでん 肉味噌豆腐 浅漬 茶飯　すまし汁	コロッケ 竹輪と野菜の煮物 煮豆 御飯　みそ汁	鶏肉の香味焼　葱ソースがけ はんぺんフライ カリフラワーサラダ 御飯　みそ汁
	11月22日(日)	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)
朝食	ウィンナーと野菜のソテー さつま芋サラダ コンソメスープ パン　牛乳	がんもの煮付 春菊のお浸し 漬物　ミックスジュース 御飯　みそ汁	豆腐ステーキ　そぼろあんかけ 青菜のお浸し たいみそ　ジュース 菜めし御飯　みそ汁	さつま揚げと里芋の煮物 青梗菜の辛子和え 漬物　牛乳 御飯　みそ汁	巣ごもり卵 いんげんのくるみ和え ふりかけ　牛乳 御飯　みそ汁	なすとさつま揚げの甘辛炒め キャベツのおかか和え 梅干　ミックスジュース 梅しそ御飯　みそ汁	かに風味雑炊 大根の味噌煮 菜の花の生姜和え 牛乳
昼食	豚肉のチャプチェ なすの煮浸し ごぼうサラダ 御飯　みそ汁	鶏肉のマスタード焼 白菜とえびつみれの煮物 春雨のサラダ 御飯　みそ汁	かき揚げ丼 ひじきサラダ フルーツ 漬物　みそ汁	白身魚の味噌チーズ焼き 筑前煮 ごま豆腐 御飯　すまし汁	タンメン 春巻き ナムル ピーチヨーグルト	豆腐ハンバーグ和風ソース ポテトサラダ 切昆布の煮物 御飯　みそ汁	
おやつ	抹茶ゼリー	紅茶ケーキ	酒饅頭	小豆ミルクかん	クリームパン	ココアバナナケーキ	パンプディング
夕食	鶏肉の柳川風 里芋ごまよごし しらすおろし 御飯　みそ汁	さばの味噌煮 大根ときのこの金平風 酢の物 御飯　すまし汁	鶏肉となすのやわらか煮 ビーフンソテー 白菜のポン酢和え 御飯　みそ汁	豚肉のカレー炒め かぼちゃの含め煮 浅漬 御飯　みそ汁	ｻﾜﾗの柚庵焼 豆腐の海老あんかけ オクラのおろし和え 御飯　みそ汁	親子煮 青菜としめじのソテー 三色なます 御飯　みそ汁	五目豆腐 いんげんとこんにゃくの中華金平 ナムル わかめご飯　みそ汁
	11月29日(日)	11月30日(月)					
朝食	ロールパンサンド ほうれん草のソテー コンソメスープ 牛乳	つみれと野菜の煮物 青菜のポン酢和え 漬物　ミックスジュース 御飯　みそ汁					
昼食	豚肉の柚子味噌焼き れんこんの炒り煮 浅漬け 御飯　すまし汁	ポークカレー グリーンサラダ みかんヨーグルト スープ					
おやつ	味噌饅頭	カステラ					
夕食	厚揚げと海老の炒め物 さつまいものツナマヨ和え 白菜のごまぶし 御飯　みそ汁	ほっけの塩焼き 炒り豆腐 かぶと油揚げの和えもの 御飯　みそ汁					



※献立が一部変更になることがございます。ご了承ください。

国内産のお米を使用しています。