





# 11月 料理メニュー



月	火	水	木	金	土
				1	2
		土曜メニューは一汁一飯の 参加メンバーで決めます！ 当日をお楽しみに！		ご飯 豚キムチ きのこのお吸い物	ご飯 汁物
4	5	6	7	8	9
振替休日	ほうとう風うどん もやしのゆかり和え フルーツヨーグルト	松茸風炊き込みご飯 肉じゃが ほうれん草のお浸し	シュガーバタートースト 具沢山コーンスープ	海の三色丼 (ツナ/炒り卵/でんぶ) 豚汁	ご飯 汁物
11	12	13	14	15	16
豆乳坦々うどん ナッツのサラダ	ご飯 筑前煮 小松菜の胡麻和え	 お楽しみメニュー	シーフードカレー かぼちゃ入り温野菜サラダ	ホットドック (ウインナー/他2種) クラムチャウダー	ご飯 汁物
18	19	20	21	22	23
ご飯 鮭のムニエル 豆腐のみそ汁	 お誕生日メニュー	焼肉とロールパンプレート ミネストローネ (パスタ入り)	ご飯 麻婆ナス かき玉スープ	ミートソースパスタ ナッツのサラダ	ご飯 汁物
25	26	27	28	29	30
親子丼 なめことわかめのみそ汁	ガーリックトースト ポトフ	かた焼きそば きゅうりとわかめの酢の物	 薬膳メニュー	ご飯 鶏肉と厚揚げのトマト煮 キャベツのコールスロー	ご飯 汁物