デイサービスセンターぱーるラシック　令和8年11月献立表

	月	火	水	木	金	土
	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日
昼食	炊き合わせ ポテトコロッケ カリフラワーの甘酢漬け みそ汁 ご飯	肉団子の和風あんかけ ごぼうのうま煮 いんげんの白和え みそ汁 ご飯	穴子散らし寿司 茶碗蒸し チンゲン菜の煮浸し みそ汁	長野県おにかけそば 高野豆腐の含め煮 小松菜の辛子和え レモンゼリー	鶏の唐揚げ 竹輪とこんにゃくの炒り煮 浅漬け みそ汁 ご飯	カレーライス 豆腐サラダ みかんシロップ漬け
おやつ	モンブランケーキ	レアチーズブルーベリーソース	カステラ	フルーチェ	冷たいフレンチトースト	ドーナッツ
	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
昼食	きつねうどん ちくわの磯辺天ぷら オクラのお浸し ぶどうゼリー	赤魚のみりん焼き 野菜の五目煮 人参とワカメのごま酢和え すまし汁 栗ご飯	豚の角煮 大豆の五目煮 揚げなすのポン酢かけ みそ汁 ご飯	柚子胡椒だれのサンマの唐揚げ クワイとワカメの酢の物 里芋の含め煮 みそ汁 ご飯	イワシの蒲焼丼 豆腐つくね団子 ささげのごま和え みそ汁	チーズインハンバーグ ミニコーンのバター炒め 野菜のマリネ スープ ご飯
おやつ	マーラーカオ	カルピスゼリー	パウンドケーキ	パンナコッタアサイーソース	お芋のムース	カスタードクリームケーキ
	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
昼食	サンマの蒲焼 チキンカツ ほうれん草とツナの和え物 みそ汁 ご飯	麻婆春雨 大根とカニの中華煮 ほうれん草ナムル 中華スープ ご飯	親子丼 ほうれん草のお浸し ねぎ焼き みそ汁 かつお舞うだしご飯（ワカメ）	豆腐ハンバーグの野菜あん もずく なすの煮浸し みそ汁 ご飯	海鮮散らし寿司 茶碗蒸し オクラと長芋の和え物 みそ汁	かも南蛮そば キャベツとあさりの酒蒸し風 ほうれん草の白和え レモンゼリー
おやつ	杏仁豆腐マンゴーソース	なると金時蒸しパン	鯛焼き	スフレチーズケーキ	ティラミスケーキ	どら焼き
	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日
昼食	そぼろ丼 高野豆腐の含め煮 クワイとワカメの酢の物 みそ汁	ハンバーグ かぼちゃの洋風煮 豆サラダ スープ ご飯	薩摩つくねの炊き合わせ れんこんの甘辛炒め ブロッコリーのお浸し みそ汁 若菜ご飯	アジたたき丼 白菜の煮浸し なすのおかか和え みそ汁	サワラのだし焼き 田舎煮 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁 ご飯	洋食ミックスプレート エビフライ オムレツ スープ
おやつ	北海道チーズ蒸しパン	黒ごまプリン	ハニーフロマージュケーキ	かぼちゃ蒸しパン 作り	スフレチーズショコラケーキ	ムーンライトガレットサンド
	11月30日					
昼食	そぼろ丼 大豆のじゃこ煮 ブロッコリーのごま和え みそ汁					
おやつ	カラメルカスタードケーキ					



