

令和7年11月の献立表

株式会社MTT

		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)		8日(土)	
3日(月) 文化の日	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	
	肉じゃが芋 レタスサラダ (ワカメ、キュウリ添え) 食パン 牛乳 果物 紅茶かコーヒー	もち米入りさつまいもご飯 エリンギと白菜のバター醤油ソテー ぶりの味噌漬け焼き 味噌汁 (玉ねぎ 寒天) ヨーグルト	ちくわと大根の煮物 ハンバーグ(豚、牛肉) ごぼうサラダ バスター添え 納豆 レタスサラダ(たこ、キュウリ添え) 煮卵 小ライス 赤豆ごはん コンソメスープ 味噌汁(豆腐、ワカメ、寒天) ヨーグルト 紅茶かコーヒー	たらと小松菜のごま煮 「人気おかず480品62頁」 「定番67頁」 白菜サラダ マカロニサラダ (ミニトマト、キュウリ添え) 白ご飯 中華スープ(卵とトマト) ヨーグルト	たけの子とえびの塩炒め 秋刀魚の塩焼き じゃが芋サラダ 野菜和え (冷蔵庫在庫調整) 赤ご飯 ヨーグルト 味噌汁(椎茸 寒天)	ミニソース パークカレー 「定番104頁」 海藻サラダ なすの焼きびたし 連根の明太和え 「定番70頁」 せりとワカメの中華スープ 鶏肉団子スープ ライス ヨーグルト 紅茶かコーヒー					
10日(月)	11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)		15日(土)		
朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食
ひき肉のガーリックチャーハン モヤシと人参のおかか和え 納豆 味噌汁(豆腐 ワカメ 寒天) 果物 紅茶か麦茶かコーヒー	白身魚のフリッターの 甘酢あんかけ かぼちゃとアボカドのサラダ グリーンピースとしらすの バターライス 味噌汁、ヨーグルト	鶏もも肉の照り焼き しょうゆラーメン 新じゃがと卵のマヨわさびサラダ チキンとセロリのマスタードサラダ 豆腐の甘辛ビーナッツソースかけ さつまいも餅 赤ご飯 豚こま肉のサクサク塩レモン唐揚げ 味噌汁(豆腐、ワカメ、寒天) ヨーグルト 果物	鶏とほうれん草のバターソテー 麻婆茄子 きゅうりとちくわのサラダ 魚煮つけ 「厳選サラダレシピ52頁」 トマトサラダ 白ご飯 味噌汁(小松菜と油揚げ) ヨーグルト	チーズオムライス 青魚焼き ウィンナーと野菜炒め 大根と鶏肉団子の煮漬け レタスサラダ (豆腐添え) 赤ご飯 ヨーグルト	鶏丼(タケノコ添え) イカパスタ コーヤサラダ さつまいもと柿のサラダ 「厳選サラダレシピ116頁」 ざる面 えびとアボカド豆乳味噌汁 ヨーグルト	カレーうどん 青椒肉糸 胡瓜とサラダチキンの中華和え ポテトサラダ チンゲン菜とささみの 中華スープ (豆腐、卵、茸) 白ご飯 ヨーグルト					
17日(月)	18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)		22日(土)		
朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食
食パン じゃが芋とベーコンのクリーム煮 しめじのふわふわ卵炒め 牛乳 果物 紅茶か麦茶かコーヒー	豚カツ キャベツサラダ 豆腐の味噌煮 ご飯 吸い物(はんぺんとみつば) ヨーグルト	鮭の塩焼き 鶏むね肉のマヨ照り焼き レタス添え 白菜サラダ かぼちゃとひじきのごまマヨサラダ 納豆 白ご飯 味噌汁(豆腐 ワカメ 寒天) 中華スープ(人参、肉団子) ヨーグルト	目玉焼き 酢豚 煮物(冷蔵庫在庫調整) 野菜和え(冷蔵庫在庫調整) ご飯 味噌汁(豆腐、ごぼう、寒天) ヨーグルト	ブロccoliと卵の和え物 トマトと牛肉のハヤシライス ひじきと小松菜のごま塩サラダ キャベツサラダ ほうれん草とちくわのおかか和え もやしとわかめの中華スープ ヨーグルト	豚肉の生姜焼き 牛肉のカレーライス レタスサラダ (きゅうり、トマト添え) モヤシと納豆のオイスター和え 「人気おかず480品120頁」 ヨーグルト	里芋のふんわり卵あんかけ かつおのしぐれ煮 野菜サラダ 肉まんかシューマイ 野菜和え チンゲン菜ワサビマヨネーズ和え 赤ご飯 吸い物(きのこ) ヨーグルト					
24日(月)	25日(火)		26日(水)		27日(木)		28日(金)		29日(土)		
24日(月) 振替休日	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	朝食	夕食	
	ふわふわとろん かきたま蕎麦 じゃが芋のホットサラダ 肉団子の甘酢和え 「人気おかず480品22頁」 味噌汁(豆腐、ごぼう、寒天) 果物 紅茶か麦茶かコーヒー	鮭フライ(緑野菜添え) 白菜とツナの胡麻和え 納豆 肉団子と野菜の煮物 白ご飯 赤ご飯 ヨーグルト	ウィンナーのバター焼き 鶏肉の照り焼き (緑野菜添え) 白菜と粉条の煮物 ひじきと胡瓜の中華風和え 赤ご飯 ヨーグルト	豚バラもやしの月見丼 牡蠣と白菜のホワイトシチュー エビとアボカドのサラダ 蓮根サラダ 「厳選サラダレシピ116頁」 プロccoliのおかか和え 果物 吸い物(あさり) さつまいもお赤飯 ヨーグルト	卵の目玉焼き ひと口チキンソテー 肉団子と野菜の煮物 「人気おかず480品42頁」 フレッシュ野菜サラダ 野菜豆腐寄せの煮物 レタスサラダ 赤豆のご飯 ヨーグルト	チキンクリームシチュー もやしのお好み焼き 「人気おかず480品13頁」 牛肉と豆苗のサラダ フレッシュ野菜サラダ (トマトドレッシング) 玉ねぎのポタージュ 味噌汁 ヨーグルト					