令和八年 11月 November 今月の献立表

日	月	火	水	木	金	土
1	2(637ｷﾛｶﾛﾘｰ)	3(607ｷﾛｶﾛﾘｰ)	4(650ｷﾛｶﾛﾘｰ)	5(721ｷﾛｶﾛﾘｰ)	6(702ｷﾛｶﾛﾘｰ)	7(644ｷﾛｶﾛﾘｰ)
介護相談日	ご飯 赤魚のおろしあん 南瓜含め煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁 ヨーグルトゼリー ミニあんぱん	松花堂弁当 炊き込みご飯 タラの磯辺天ぷら 筑前煮 大根なます 豚汁 オレンジ　キウイ いちごスペシャル　玄米茶	ご飯 チンジャオロース 大根煮 春雨の中華サラダ 味噌汁 マンゴー ロールケーキ	ご飯 メンチカツ ピーマン甘辛煮 スパゲッティサラダ ジンジャースープ みかん缶 プチケーキ	ご飯 照り焼きチキン 炒り豆腐 キャベツのごま酢和え 味噌汁 黄桃缶 チョコドーナッツ	ご飯 豚の生姜焼き 五目卯の花 春雨サラダ 味噌汁 パイン缶 バームクーヘン
8	9(642ｷﾛｶﾛﾘｰ)	10(686ｷﾛｶﾛﾘｰ)	11(560ｷﾛｶﾛﾘｰ)	12(586ｷﾛｶﾛﾘｰ)	13(660ｷﾛｶﾛﾘｰ)	14(653ｷﾛｶﾛﾘｰ)
介護相談日	ご飯 鶏カラネギソース 大根のスープ煮 菜の花の辛し和え 味噌汁 みかん缶 薄皮クリームパン　玄米茶	穴子丼 根菜五目煮 青菜の白和え 赤だし 黄桃缶 豆乳ドーナッツ	霜月御膳 鮭寿司 冬瓜のカニあん 法蓮草ピーナッツ和え 粕汁 みかん　キウイ ミニたい焼き	おにぎり(梅) かき卵あんかけうどん 薩摩芋の含め煮 青梗菜和え マンゴー 抹茶まんじゅう	ご飯 焼肉炒め 大根煮 マカロニサラダ 味噌汁 黄桃缶 バナナカステラ	ご飯 さわらの生姜煮 インゲンと竹輪の炒り煮 キャベツの甘酢あえ 清汁 ミックスフルーツ メープルパンケーキ
15	16(656ｷﾛｶﾛﾘｰ)	17(649ｷﾛｶﾛﾘｰ)	18(656ｷﾛｶﾛﾘｰ)	19(713ｷﾛｶﾛﾘｰ)	20(710ｷﾛｶﾛﾘｰ)	21(696ｷﾛｶﾛﾘｰ)
介護相談日	ご飯 カレイのカレームニエル ビーフン 法蓮草ピーナッツ和え ジンジャースープ マンゴー 利休饅頭	おにぎり(梅) チャンポンめん ピーマンの炒め物 根菜サラダ パイン缶 和のパンケーキ	ご飯 豚とピーマンのオイスター炒め 茄子の煮浸し ブロッコリーのマヨサラダ 中華スープ 黄桃缶 カステラ	ご飯 鶏のチリソースかけ じゃが芋の煮物 春雨サラダ 味噌汁 みかん缶 ブッセ	ご飯 ホキのフライ タルタルソース 薩摩芋の含め煮 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁 マンゴー 薄皮ピーナッツパン　玄米茶	ご飯 鶏の生姜焼き 金平れんこん スナップエンドウのサラダ 味噌汁 パイン缶 チーズ蒸しパン
22	23(745ｷﾛｶﾛﾘｰ)	24(631ｷﾛｶﾛﾘｰ)	25(646ｷﾛｶﾛﾘｰ)	26(645ｷﾛｶﾛﾘｰ)	27(724ｷﾛｶﾛﾘｰ)	28(617ｷﾛｶﾛﾘｰ)
介護相談日	ご飯 とり天 大根のべっこう煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁 洋ナシ缶 バームクーヘン	カレンダー作り ご飯 鰆の竜田揚げ浸し 大根の金平 ゆかり和え 味噌汁 パイン缶 マドレーヌ	カレンダー作り ハヤシライス 法蓮草炒め煮 カリフラワードレッシング和え 福神漬 フルーチェ いちごドーナッツ	ご飯 豚とキャベツの味噌炒め 南瓜含め煮 オクラの和え物 清汁 オレンジ コーヒーロール	松花堂弁当 かおりご飯 鮭の紅葉焼き がんもの煮合わせ 春雨の梅酢 赤だし みかん　リンゴ バニラケーキ	ご飯 タラのごま味噌かけ 茄子の煮浸し 大根の柚子酢 かきたま汁 黄桃缶 吹雪饅頭　玄米茶
29	30(637ｷﾛｶﾛﾘｰ)					
介護相談日	ご飯 赤魚の卸し酢掛け 南瓜の含め煮 グリーンサラダ 味噌汁 ぶどうムース ミニあんぱん					

地域の施設で介護相談しませんか！

（ふぁみりいでは、日曜日も介護相談出来ます）

あんな時、こんな時・・・



「介護が必要になった、どうしよう」
「リハビリしたい」
「退院後どうしよう」
「出かける所がほしい」　　などなど・・

介護保険のことや介護の悩みなどがあれば、お気軽にご相談下さい。



カロリーは普通食の昼食とおやつの合計を表示しています。メニュー、行事はやむを得ず変更になる場合がありますがご了承ください。