グループホーム いぼりの里　11月献立表（後半分）

16 月	朝： 昼：ごはん・麻婆豆腐・春雨サラダ・シューマイ わかめスープ 夕：カレーピラフ・南瓜サラダ・ピザロール スープ	24 火	朝： 昼：カレーライス・葉果サラダ・プルーツポンチ エビフリッター 夕：ごはん・治部煮・ピリ辛炒め・かつおきゅうり 味噌汁
17 火	朝：ご飯・味付ツナ・ねり梅・味噌汁 昼：食パン（ジャム）・フライ・豆サラダ プリン・牛乳・スープ 夕：ごはん・肉じゃが・カニ玉ロール・たたききゅうり 味噌汁	25 水	朝：ご飯・白和え・フリカケ・味噌汁 ★　お楽しみ献立　★ 昼：栗ごはん・おきな煮・炊き合わせ・もずく酢 デザート・豚汁 夕：ごはん・肉だんごの旨煮・みそいため・おひたし 清汁
18 水	朝：ごはん・ひじき煮・フリカケ・味噌汁 昼：五目うどん・トマトサラダ・旬菜焼・ゼリー 夕：小えび丼・ポテトサラダ・ごまみそあえ・清汁	26 木	朝：ごはん・ハムピカタ・のり佃煮・味噌汁 昼：焼そば・キャベツサラダ・いんげん肉巻き プリン・味噌汁 夕：ごはん・鶏の青しそ焼・里芋あんかけ 韓国あえ・味噌汁
19 木	朝：ごはん・スクランブルエッグ・フリカケ・味噌汁 昼：松茸風ごはん・魚の竜田揚げ・ポン酢あえ デザート・清汁 夕：ごはん・とろろ煮・豆腐しんじょう・くるみあえ 味噌汁	27 金	朝：ごはん・切干煮・フリカケ・味噌汁 昼：ごはん・中華風煮魚・春雨ソテー・酢の物 味噌汁 夕：ごはん・チンジャオロース・薬味豆腐 塩こんぶあえ・中華風スープ
20 金	朝：ごはん・切干煮・いりこみそ・味噌汁 昼：ロールパン・南瓜ミルクシチュー・フライ シーフードサラダ・果物・牛乳 夕：ごはん・魚の柚子香焼・ナムル・土佐煮・味噌汁	28 土	朝：ごはん・青菜煮・いりこみそ・味噌汁 昼：食パン（ジャム）・ピザ風ハンバーグ・ジュース スパゲティサラダ・りんごのコンポート・スープ 夕：
21 土	朝：ごはん・魚の照焼・フリカケ・味噌汁 昼：味噌ラーメン・茄子の中華風・杏仁豆腐 蒸餃子 夕：	29 日	朝： 昼：お休み 夕： 
22 日	朝： 昼：お休み 夕：	30 月	朝： 昼：食パン（ジャム）・オムレツデミソース 長芋サラダ・コーヒーゼリー・牛乳・スープ 夕：ごはん・豆腐のそぼろ煮・なすの薬味のせ エビチリ・味噌汁
23 月	朝： 昼：お休み 夕：		果物～みかん・柚子・りんご・柿 身体を温める鍋物・煮物（秋・冬）両方の味覚を楽しみましょう。   