

令和 7 年 11 月度やっとかめ献立表

立冬が来て季節はもう冬なんですね！
風邪などひかないようにたくさん食べましょう。



1日(土)

煮込みハンバーグ
コールスローサラダ
大根の味噌煮
味噌汁・梨
鬼まんじゅう

8日(土)

青椒肉絲
オクラ梅肉和え
筑前煮
ワカメスープ・パイン
バナナ蒸しパン

7日(金)
立冬

魚の煮つけ
茄子の味噌炒め
肉じゃが
冬瓜汁・みかん
さつま芋のきな粉和え

6日(木)

棒棒鶏
スパサラ
もやしツナ青のり和え
味噌汁・黄桃
焼き芋

5日(水)
誕生日会

天婦羅盛合せ
茶碗蒸し
カニもずく
吸物・赤飯・イチゴ
ロールケーキ

4日(火)

牛肉と牛蒡甘辛炒め
ニンジンの白和え
ジャガバタコーン
けんちん汁・オレンジ
たこ焼き

3日(月) 傘
文化の日

白身魚のムニエル
小松菜とさつま揚げ煮
なめ茸おろし
ミネストローネ・柿
アップルパイ

15日(土)

おやつ作り
カキフライ
カニと卵のオイスター炒め
白菜のおかか和え
味噌汁・キウイ

14日(金)

豚とニラもやし炒め
金平ごぼう
春雨サラダ
中華スープ・杏仁豆腐
チョコマフィン

13日(木)

マカロニグラタン
コールスローサラダ
茄子のトマト煮
味噌汁・マンゴー
白玉ぜんざい

12日(水)

牛と法蓮草の韓国風炒め
オクラのおろし和え
厚揚げの味噌煮
ワカメスープ・黄桃
スイートポテト

11日(火)

ブリの味噌漬け焼き
長芋の照り焼き
ポテサラ
貝汁・菜飯・バナナ
甘納豆パウンドケーキ

10日(月)

やっとかめ喫茶
肉豆腐
切干大根煮
トマトと卵の中華炒め
味噌汁・梨
ブルーベリーマフィン

22日(土)

白身魚のケチャ炒め
五目おから
大根の肉味噌掛け
かきたま汁・みかん
焼き芋

21日(金)

鶏と茄子味噌炒め
大根と半平煮
ピーマンのキンピラ
吸物・柿・芋飯
アップルパウンドケーキ

20日(木)

ヤンニョムチキン
里芋の味噌煮
小松菜の卵とじ
豚汁・りんご
フレンチトースト

19日(水)

スタミナ炒め
じゃこおろし
厚揚げと牛蒡煮
味噌汁・バナナ
パイナップルケーキ

18日(火)

特製ビーフカレー
コールスローサラダ
筑前煮
味噌汁・キウイ
バームクーヘン

17日(月)

やっとかめ喫茶
ぶり大根
肉じゃが
五目ひじき煮
貝汁・柿・味飯

29日(土)

味噌かけおでん
肉団子の甘酢あん
マカロニサラダ
吸物・黄桃
白玉ぜんざい

28日(金)

鮭のチャンチャン焼き
法蓮草の山掛け
もやしの玉子とじ
吸物・バナナ
黒糖蒸しパン

27日(木)

鰯の五目あんかけ
南瓜煮
青菜とお揚げ煮
味噌汁・白桃
抹茶蒸しパン

26日(水)

和風おろしハンバーグ
高野豆腐煮
ナポリタンスパ
けんちん汁・みかん
大福

25日(火)

ホッケの塩焼
法蓮草玉子とじ
ポテトサラダ
豚汁・柿
コンボタパン

24日(月) 傘

ヘルシー酢豚
胡瓜と木耳の胡麻和え
白ネギの卵炒め
味噌汁・パイン
カボチャ蒸しパン