2026年11月2日　～　2026年11月8日

	2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）	7日（土）	8日（日）
昼	お寿司 長芋胡瓜梅おかか和え 澄まし汁 バナナ	ビビンバ丼 ねぎ塩冷奴 中華スープ マンゴー	かやくごはん さわらの竜田揚げ トマトとしそのサラダ 味噌汁 柿	カレーうどん 厚焼たまご ほうれん草の磯辺和え キウイ	ご飯 エビチリ 胡瓜ツナの中華和え 中華スープ パイン	ご飯 筑前煮 小松菜の辛子和え 味噌汁 りんご	ご飯 カラスカレイの えのきバターのせ 華風炒め 味噌汁 オレンジ
夕	ご飯 豚肉白菜のクリーム煮 豆入りコロコロサラダ コンソメスープ	ご飯 ぶり カレーマヨネーズ焼き 焼きなす 味噌汁	ご飯 鶏肉の塩麹焼き 里芋の千草あん 味噌汁	ご飯 かじきのスイートチリ マヨネーズ 春雨の酢の物 たまごスープ	ご飯 味噌カツ 大根のくず煮 澄まし汁	ご飯 鮭の ハニーマスタード風味 卵の花 味噌汁	ご飯 鶏肉の マーマレード焼き ブロッコリーと豆の サラダ 味噌汁

2026年11月9日　～　2026年11月15日

	9日（月）	10日（火）	11日（水）	12日（木）	13日（金）	14日（土）	15日（日）
昼	キーマカレー たまごのサラダ コンソメスープ マンゴー	ご飯 豆腐とえびの旨煮 胡瓜きくらげのサラダ 中華スープ バナナ	ご飯 チキン南蛮 小松菜の千草和え 味噌汁 パイン	鮭のしそひじき丼 長芋とツナのサラダ 味噌汁 りんご	ロコモコ丼 南瓜のサラダ コンソメスープ オレンジ	お寿司 なすササミ 明太マヨサラダ 味噌汁 キウイ	ご飯 鶏肉ごま味噌焼き アスパラの 梅わさび和え 澄まし汁 手づくりスイーツ
夕	ご飯 さばの味噌煮 五目なます 澄まし汁	ご飯 豚肉なすの香味炒め ほうれん草とトマトの サラダ 味噌汁	ご飯 かじきのしそ風味焼き アスパラベーコン ソテー 味噌汁	ご飯 芋煮 もずく酢 味噌汁	ご飯 あじのとろろ焼き 大根と豆苗のサラダ 味噌汁	ご飯 タイ風鶏肉ソテー たたき胡瓜香味和え アジアンスープ	ご飯 ぶりの ニンニクバター焼き 白菜わかめ辛子和え 味噌汁

]