



2025年11月 献立表

特別養護老人ホーム すずのね園



月	火	水	木	金
11/3 五日がゆ 白身魚のやわらか煮 小松菜の煮びたし 野菜スープ おやつ：芋ようかん	11/4 ごはん 豚肉のやわらか生姜煮 小松菜の煮びたし 豆腐とわかめのみぞ汁 おやつ：魚周焼き	11/5 食パン 白身魚のやわらか煮 キャベツの蒸し煮 牛乳のクリームスープ おやつ：いちごプリン	11/6 五日ごはん 鶏の照り煮 切干大根の含め煮 けんちん汁 おやつ：りんごのくたくた煮	11/7 ごはん さばの味噌煮 ひじきのやわらか煮 なめこ汁 おやつ：蒸しパン
11/10 ごはん 鶏と野菜の煮物 もやしのおひたし じゃがいものみぞ汁 おやつ：南爪まんじゅう	11/11 ロールパン やわらかハンバーグ ほうれん草の煮びたし コンソメスープ おやつ：ソフトクッキー	11/12 ごはん 南爪のコロコロ煮 プロッコリーのやわらか和え 白菜の粕汁 おやつ：牛乳ゼリー	11/13 五日焼きそば やわらか餃子 ナムル 中華スープ おやつ：カステラ	11/14 ごはん 鯖の塩こうじ煮 キャベツの蒸し和え 玉ねぎスープ おやつ：さつまいもムース
11/17 ごはん さんまのやわらか煮 れんこんの含め煮 大根のみぞ汁 おやつ：ぜんざい	11/18 パン チキンのやわらか煮 ポテトサラダ 牛乳コーンポタージュ おやつ：豆蒸しケーキ	11/19 ごはん 豚肉の甘辛煮 ひじきの煮物 豆腐スープ おやつ：黒糖ゼリー	11/20 やわらかカレー さっぱりサラダ おやつ：ヨーグルト	11/21 ごはん 白身魚の煮付け 小松菜のおひたし 具だくさんみぞ汁 おやつ：せんべい (やわらか)
11/24 ごはん 南爪のそぼろ煮 切干大根のやわらかサラダ 牛乳とろみシチュー おやつ：マカロン	11/25 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根のやわらかサラダ 野菜たっぷりみぞ汁 おやつ：蒸しようかん	11/26 ごはん 鶏のやわらか煮 キャベツとコーンの和え物 じゃがいもスープ おやつ：ビスケット (やわらか)	11/27 パン 白身魚のやわらかフライ風 マカロニサラダ ミネストローネ おやつ：牛乳プリン	11/28 ごはん 肉じゃが ほうれん草のごま和え みぞ汁 おやつ：栗まんじゅう

※入居者の状態に応じて、刻み食・ミキサー食等に変更する場合があります。

※体調や嚥下状況に不安のある方は、個別対応を行います。

※給食センターからの配食は、平日日中のみとなります。

11月のコラム：旬の食材は栄養価も豊富

旬の食材は美味しいだけでなく栄養価も豊富で一石二鳥です。

秋が旬の南爪は、じっくり加熱することで甘味とホクホク感が増します。

美味しい食べて、心も体も健康を維持しましょう。

