

かとれあ

11月19日

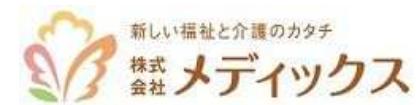
~

11月25日

1週間の献立

2025年

(令和7年)



日	19	20	21	22	23	24	25
曜日	水	木	金	土	日	月	火
朝	主食	ご飯	ご飯		ご飯	ご飯	ご飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	ロールパン	れんこんの金平	じゃが芋の煮っころがし	菓子パン	一口がんも	竹輪の磯辯揚げ	豆腐ナゲット
	副食	バナナ	キャベツサラダ	彩り和え	フルーツ缶	里芋の梅風味サラダ	蒸し茄子の酢の物
			鯛味噌	白菜の浅漬け	大根の浅漬け	梅干し	海苔佃煮
	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物
	主食	シーフードカレー	ご飯	ご飯	ぶっかけご飯	ご飯	特別
昼	副食	高野豆腐の揚げ煮	鶏肉の鍋照り煮	えびチリ	大根とツナの旨煮	鶏肉の柳川もどき	ご飯
		コールスローサラダ	白菜とえびの炒め物	小松菜と豚肉の炒り煮	ほうれん草の白和え	あさりの五目炒め	すき焼き一人鍋
	みかん	大根としらすの酢の物	かぼちゃサラダ	ラディッシュの浅漬け・梅干し	長芋の酢の物	柿なます	お弁当
		小松菜の味噌汁	若布スープ	パインアップル	豆腐のすまし汁	りんごコンポート	
		ヨーグルト和え	キウイフルーツ		梨		
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	豚肉と野菜の蒲焼風	豚肉とブロックリーの卵炒め	鯖の煮付	豚肉と大根の照り煮	赤魚の味噌幽庵焼き	ホッケの一夜干し
		キャベツの煮浸し	大根の煮物	ウインナーとじゃが芋の炒め物	白菜のそぼろ炒め	五目豆	大根の煮付
		高野とえんどうの卵和え	彩り五穀ひじき	茄子の含め煮	あさりと小松菜の煮浸し	白菜サラダ	オクラのごま和え

【ひとくちコメント】

特別

の印は特別メニューです

今週に入りました気温が下がり、かとれあ畑でも冬支度が必要になってきました。春から初夏に収穫する「空豆」「スナップエンドウ」はこれから畑に移植するため、藁などで寒さ対策をします。ポットに一つ一つ種を埋め、簡易の小さなビニールハウスで育てています。そのうちいくつかは発芽し、大きいもので約5センチほどに成長しました。あと1週間もすれば移植できる大きさになりそうです。今年の「空豆」が豊作だったので、来年も期待したいところです。今週の献立には、週末から少しづつ間引いた「小松菜」「大根」「ラディッシュ」をメニューに加えました。また、お鍋のシーズンがやってきたので、24日の昼食に『すき焼き一人鍋御膳』をご用意致します。どうぞしっかり召し上がって体力を付けて下さい。



育苗中の「空豆」