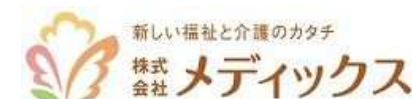


かとれあ

1週間の献立

2025年
(令和7年)

11月12日

～

11月18日

日	12	13	14	15	16	17	18
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	鶏肉とじゃが芋の炒め物	鯛とひじきのハンバーグ	菓子パン	はんぺんと青梗菜の炒め物	小松菜の炒め物	鶏肉とカリフラワーの炒め物
	バナナ	いんげんのごま和え	れんこんの煮物	フルーツ缶	大根サラダ	茄子の生姜煮	彩りナムル
昼	飲み物	うぐいす煮豆	大根の浅漬け		いんげんの信田煮	金時煮豆	梅干し
		飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物	飲み物
	主食	ご飯	ご飯	牛丼	ご飯		ご飯
	鯖の土佐酢漬け	豚こつ風煮	鮭フライ	ジャーマンポテト	鯛の煮付		鯖の梅ごま焼き
夕	かぼちゃの含め煮	にら玉炒め	茄子の七味煮	白菜のごま酢和え	豆腐の辛味炒め	お弁当	大根と鶏肉の味噌煮
	キャベツのごま和え	フレンチサラダ	長芋の梅しそ和え	とろろ昆布のすまし汁	もずくの酢の物		ブロッコリーとゆで卵のサラダ
	具沢山味噌汁	なめこ椀	中華スープ	バナナ	潮汁		白菜のとろみ汁
	みかん	パイナップル	梨		ヨーグルト		抹茶ようかん
夜	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯		ご飯
	牛肉とごぼうのしぐれ煮	鱈の野菜あんかけ	鶏団子のケチャップ煮	鱈のしそ巻き天ぷら	鱈の幽庵煮		野菜巻きフライとコロッケ
	さつま揚げと白菜の炒めの	油揚げとザーサイの煮物	ベーコンと大根の炒め物	厚揚げの煮付	里芋の炒め煮	お弁当	切干大根の炒り煮
	ほうれん草の白和え	キャベツの和え物	カリフラワーサラダ	さつま芋サラダ	モロヘイヤの辛子和え		きゅうりの酢の物

【ひとくちコメント】

大根の美味しい季節がやってきました。かとれあ畑では、9月の上旬に種まきした大根が順調に成長し、直径5cmくらいまでになりました。まだ細目ですが、もう食べられる大きさになりました。間引きをしていないため、2本が並んで育っているのがところどころにあり、どちらかを間引いてやらないといけません。間引いた大根は浅漬けやサラダ、煮物に使いたいと思います。煮物に最適の「聖護院大根」も順調に成長していますので、1キロ近くまで大きくなるのを待ち、「おでん」にしてお出ししたいと思います。もうしばらくお待ちください。大根のほか、小松菜、チンゲン菜、ラディッシュも順次収穫し、献立に入れていく予定です。



かとれあ畑の『大根』