

かとれあ

1週間の献立

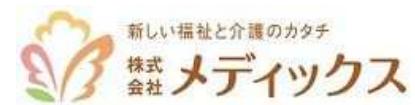
11月12日

~

11月18日

2025年

(令和7年)



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
	副食	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
		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	飲み物
昼	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯		ご飯
	鰯の土佐酢漬け	豚こつ風煮	鮭フライ	ジャーマンポテト	鰯の煮付		鰯の梅ごま焼き
	副食	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
		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	白菜のとろろ汁
		みかん	パイナップル	梨		ヨーグルト	抹茶ようかん
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯		ご飯
	副食	牛肉とごぼうのしぐれ煮	鰯の野菜あんかけ	鶏団子のケチャップ煮	鰯のしそ巻き天ぷら	鰯の幽庵煮	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	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。かとれあ畠では、9月の上旬に種まきした大根が順調に成長し、直徑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。

