

サンガーデン府中

2024/11/01 ~ 2024/11/03

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
11/1 金	卵雑炊 豆腐の旨煮 パイン缶 牛乳	赤飯 鮭の葱味噌焼き 蓮根の甘辛炒め オクラのワサビマヨ和え おつゆ麩のすまし汁 	鶏肉のバーベキューソース 焼きメンチカツ 小松菜のドレ和え かぶのスープ 
11/2 土	レーズンドッグ ジャーマンポテト フルーツカクテル缶 牛乳	豚肉としろ菜の煮物 卵の花 大根の和え物 キャベツの味噌汁 	ホキの梅香焼き ひじき煮 チンゲン菜の和え物 花麩のすまし汁 
11/3 日	丸ロール 白菜のクリーム煮 白桃缶 牛乳	鶏肉の香味焼き もやしの炒め物 人参の和え物 葉大根のスープ 	豚肉と温野菜のポン酢かけ 豆腐の生姜煮 ブロccoliリーの和え物 素麺の味噌汁 

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

藏セントラルキッチン

サンガーデン府中

2024/11/04 ~ 2024/11/10

常食

月間献立一覧表

日付	朝食	昼食	夕食
11/4 月	わかめ粥 しろ菜の卵とじ フルーツカクテル缶 牛乳	鯖の塩麹焼き カリフラワーの炒め物 チンゲン菜と湯葉の和え物 おつゆ麩の味噌汁	鶏肉の生姜風味ポトフ さつま芋のバター醤油 キャベツの和え物 カニカマのスープ
11/5 火	レーズンドッグ スクランブルエッグ 黄桃缶 牛乳	ポークカレー 蓮根のドレッシング和え ヨーグルト	カレイの焼き浸し 大根と豆苗の炒め物 ほうれん草の浅漬け風 えのきのすまし汁
11/6 水	青菜雑炊 オクラの麻婆炒め マンゴー缶 牛乳	鯖の磯焼き かぼちゃの煮物 もやしの和風マヨネーズ和え しろ菜のすまし汁	ハンバーグステーキソース ピーマンのおかか炒め 玉子豆腐 じゃが芋の味噌汁
11/7 木	丸ロール チンゲン菜のソテー フルーツカクテル缶 牛乳	ちらし寿司 五目豆 小松菜の和え物 うずまき麩の味噌汁	豚肉のんにく醤油炒め 春巻き かぶの和え物 ビーフンのスープ
11/8 金	梅粥 豆腐と白菜のそぼろ煮 白桃缶 牛乳	蒸し鶏と温野菜のごまだれ ブロッコリーの湯葉あんかけ さつま芋柚子風味 なめこのすまし汁	メバルの竜田焼き 野菜の昆布茶炒め オクラのドレッシング和え おつゆ麩の味噌汁
11/9 土	レーズンドッグ スパゲティサラダ パイン缶 牛乳	肉団子の中華煮 にんじんしりしり りんご もやしのスープ	鶏肉の西京焼き 小松菜の炒め煮 カリフラワーのゆかり和え 里芋のすまし汁
11/10 日	丸ロール 大根のポトフ フルーツカクテル缶 牛乳	わかめうどん がんもの煮物 いんげんの浅漬け風	豚肉のハニーマスタード炒め キャベツと桜えびの炒め煮 かぼちゃの和え物 コンソメスープ

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

サンガーデン府中

2024/11/11 ~ 2024/11/17

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
11/11 月	青菜雑炊 チャプチェ 黄桃缶 牛乳	鶏しめじ照り焼き丼 金平ごぼう 漬物盛り合わせ かぶのすまし汁 	鮭の利休焼き もやしの炒め物 ブロッコリーの和え物 花麩の味噌汁 
11/12 火	レーズドッグ ポテトサラダ マンゴー缶 牛乳	鯖の塩焼き 炒り豆腐 オクラの塩昆布和え 白菜の味噌汁 	茹で豚の薬味だれ 大根と揚げの煮物 チンゲン菜の和え物 カリフラワーのスープ 
11/13 水	赤かぶ粥 ごぼうの卵とじ フルーツカクテル缶 牛乳	和風ロールキャベツ じゃが芋の煮っ転がし 人参サラダ 素麺のすまし汁 	鯖の風味焼き 竹輪の磯部揚げ いんげんのおかか和え おつゆ麩の味噌汁 
11/14 木	丸ロール 白菜のクリーム煮 白桃缶 牛乳	カレイの香草パン粉焼き かぼちゃのコンソメ煮 もやしの和え物 ズッキーニのスープ 	鶏肉の甘辛炒め かぶの味噌マヨ焼き ひじきと胡瓜の和え物 花麩のすまし汁 
11/15 金	わかめ粥 豆腐チャンプル 黄桃缶 牛乳	生姜ごはん 豚肉の蒲焼き カリフラワーのカレー煮 小松菜の和え物 葉大根の味噌汁 	ホキの葱ソース 野菜の柚子胡椒炒め ヨーグルト キャベツのスープ 
11/16 土	レーズドッグ ツナサラダ フルーツカクテル缶 牛乳	麻婆春雨 えび風味シューマイ ブロッコリーの中華和え 玉葱のスープ 	豚カツ 白菜の煮びたし オクラの錦糸和え おつゆ麩のすまし汁 
11/17 日	丸ロール キャベツの卵炒め パイン缶 牛乳	鮭のしょうゆ麹焼き 蓮根の炒り煮 ほうれん草のマヨ和え 湯葉のすまし汁 	鶏肉の野菜蒸し じゃが芋の土佐煮 切干大根のごま和え しろ菜の味噌汁 

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

サンガーデン府中

2024/11/18 ~ 2024/11/24

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
11/18 月	赤かぶ粥 ピーマンの味噌炒め マンゴー缶 牛乳	ハンバーグオニオンソース チンゲン菜の炒め物 かぼちゃと枝豆の和え物 ハムのスープ	鯖の生姜焼き 湯豆腐 人参の和え物 うずまき麩のすまし汁
11/19 火	レーズンドッグ ジャーマンポテト フルーツカクテル缶 牛乳	鱈の梅だれ ずいきの炒め煮 いんげんの和え物 花麩の味噌汁	豚肉のオイスターソース炒め カリフラワーのカニあんかけ 小松菜のナムル ビーフンのスープ
11/20 水	卵雑炊 豆腐と大豆ミートの生姜煮 白桃缶 牛乳	ビーフシチュー きのこのソテー キャベツのドレッシング和え ロールケーキ(さつまいも)	カレイの酒蒸し もやしの炒め物 オクラの浅漬け風 おつゆ麩の味噌汁
11/21 木	丸ロール スパゲティサラダ 黄桃缶 牛乳	ホキの照り焼き ピーマンの金平風 かぶの和え物 水菜の味噌汁	豚肉の時雨煮 ミニかぼちゃコロッケ チンゲン菜のお浸し カニカマのすまし汁
11/22 金	梅粥 白菜とあげのごま和え フルーツカクテル缶 牛乳	鶏肉の甘酢漬け 小松菜の炒め物 大根の和え物 素麺のすまし汁	鮭のムニエル じゃがいものコンソメ煮 ブロッコリーの和え物 キャベツのスープ
11/23 土	レーズンドッグ スクランブルエッグ パイ缶 牛乳	豚肉の五目炒め 水菜ともやしの和え物 ヨーグルト オクラのスープ	豆腐の山椒煮 かぼちゃの甘みそがけ しろ菜の辛子マヨ和え 花麩のすまし汁
11/24 日	丸ロール ポトフ マンゴー缶 牛乳	きざみそば チンゲン菜と桜エビの炒め物 ごぼうの和え物	鶏の唐揚げ 切干大根の炒め煮 小松菜の和え物 うずまき麩の味噌汁

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

サンガーデン府中

2024/11/25 ~ 2024/11/30

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
11/25 月	青菜雑炊 かぼちゃのそぼろ煮 フルーツカクテル缶 牛乳	ゆかりと青菜の混ぜご飯 焼き鯖のトマト煮 白菜の中華風卵とじ ポテトのハニーマスタードサラダ わかめのスープ 栗水ようかん 	豚しゃぶ(温) かぶの煮物 いんげんの和え物 湯葉のすまし汁 
11/26 火	レーズドッグ 焼きビーフンカレー風味 白桃缶 牛乳	肉団子と野菜の煮物 パプリカの炒め物 小松菜の明太子和え おつゆ麩のすまし汁 	ホキのバター醤油焼き 蓮根の炒り煮 オクラの和え物 あげの味噌汁 
11/27 水	赤かぶ粥 大根とツナの煮物 黄桃缶 牛乳	鯖の南部焼き チンゲン菜の柚子胡椒炒め 玉子豆腐 花麩の味噌汁 	鶏肉のグリル 生姜ソース ブロccoliの炒め物 かぼちゃの和え物 ほうれん草のスープ 
11/28 木	丸ロール ポテトサラダ フルーツカクテル缶 牛乳	ハヤシライス キャベツの和え物 りんご 	タラの塩麩蒸し からし菜の煮物 かぶの和え物 うずまき麩のすまし汁 
11/29 金	卵雑炊 豆腐の旨煮 パイン缶 牛乳	カレイの山椒焼き ピーマンの甘辛炒め 人参のドレッシング和え おつゆ麩の味噌汁 	豚肉のネギ塩炒め ぜんまいの炒め煮 ヨーグルト もやしのスープ 
11/30 土	レーズドッグ ジャーマンポテト フルーツカクテル缶 牛乳	チキン南蛮 かぼちゃの湯葉あんかけ ブロccoliの和え物 葉大根のスープ 	鮭の昆布茶焼き 和風スパゲティ 小松菜のごま和え 花麩の味噌汁 

* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。