週　間　予　定　献　立　表

11月

2026年

	日　（月）	日　（火）	日　（水）	日　（木）	日　（金）	日　（土）	1日　（日）
朝食							ごはん てりやきふうにくだんご 照り焼き風肉団子 かりふらわーといんげんのさらだ カリフラワーとインゲンのサラダ さといもときゃべつのみそしる 里芋とキャベツの味噌汁
昼食							赤飯 ほっけのたれやき ホッケのたれ焼き きぬあつあげのにもの 絹厚揚げの煮物 おつゆふのみそしる おつゆ麸の味噌汁 はくとうかん・おうとうかん 白桃缶・黄桃缶
おやつ 上：普　下：ゼ							キャラメルゼリー / りんごジュース
夕食							ごはん はっぽうさい 八宝菜 じゃがいものそぼろに じゃがいものそぼろ煮 はるさめすーぷ 春雨スープ

※　都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。

特別養護老人ホーム　たちばなホーム

週　間　予　定　献　立　表

11月

2026年

	2 日　（月）	3 日　（火）	4 日　（水）	5 日　（木）	6 日　（金）	7 日　（土）	8 日　（日）
朝食	ごはん ぶれーんおむれつ プレーンオムレツ もやしとあぶらあげのあえもの もやしと油揚げの和え物 はくさいとねぎのみそしる 白菜とねぎの味噌汁	ごはん ぼろにあそーせーじ ボロニアソーセージ とろろゆかりあえ とろろゆかり和え きゃべつときぬあげのみそしる キャベツと絹揚げの味噌汁	ふりかけ ごはん たまごやき 玉子焼き だいこんのさらだ 大根のサラダ じゃがいもとしいたけのみそしる じゃがいもと椎茸の味噌汁	ごはん ちきんなげっと チキンナゲット とろろゆかりあえ とろろゆかり和え こまつなとねぎのみそしる 小松菜とねぎの味噌汁	ごはん はむちーずぴかた ハムチーズピカタ はくさいとだいこんはのしろごまあえ 白菜と大根葉の白ごま和え だいこんとちんげんさいのみそしる 大根と青梗菜の味噌汁	ごはん ちくぜんに 筑前煮 じゃーまんかぼちゃ ジャーマンかぼちゃ たまねぎともやしのみそしる 玉ねぎともやしの味噌汁	ごはん ほうれんそうおむれつ ほうれん草オムレツ すぱげてぃさらだ スパゲティサラダ きゃべつとにんじんのみそしる キャベツと人参の味噌汁
昼食	ごはん しろみざかなのたつたあげ 白身魚の竜田揚げ ひじきとぶたにくのいために ひじきと豚肉の炒め煮 さつまいもさらだ さつまいもサラダ とうふとはなふのみそしる 豆腐と花麸の味噌汁	ごはん ほきのそてー ホキのソテー さといもと竹輪の煮物 里芋と竹輪の煮物 ぶろっこりーのさらだ ブロッコリーのサラダ まきふのみそしる 巻麸の味噌汁	ごはん はんばーぐ ハンバーグ きゃべつとつなのそてー キャベツとツナのソテー もやしとわかめのみそしる もやしとわかめの味噌汁 りんご りんご	ごもくうどん 五目うどん ごぼうと豚肉の煮物 ごぼうと豚肉の煮物 ぽてとさらだ ポテトサラダ よーぐると ヨーグルト	だいずのきーまかれーらいす 大豆のキーマカレーライス ぶたにくときぬあげのいために 豚肉と絹揚げの炒め煮 ほうれんそうのこんそめすーぷ ほうれん草のコンソメスープ ばなな バナナ	ごはん しろみざかなのにつけ 白身魚の煮付け いかふくさやき いかふくさ焼き ぶろっこりーとひらてんのさらだ ブロッコリーと平天のサラダ はくさいとほうれんそうのみそしる 白菜とほうれん草の味噌汁	ごはん さばのみそに サバの味噌煮 ぶたにくのわふういため 豚肉の和風炒め はくさいとあぶらあげのあえもの 白菜と油揚げの和え物 おつゆふのみそしる おつゆ麸の味噌汁
おやつ 上：普　下：ゼ	どら焼き (カスタード) チョコゼリー	もみじまんじゅう コーヒーゼリー	チョコレートケーキ ぶどうゼリー	ぜんざい	すいかゼリー	バナナ風味カステラ / サイダー メロンゼリー / サイダー	安納芋ムース
夕食	ごはん とりにくときゃべつのみそいため 鶏肉とキャベツの味噌炒め かぼちゃのふくめに かぼちゃの含め煮 えのきとほうれんそうのすましじる えのきとほうれん草のすまし汁	ごはん ごはん よせなべ 寄せ鍋 れんこんとちりめんのきんぴら れんこんとちりめんの金平	ごはん しろみざかなのしょうがに 白身魚の生姜煮 はくさいといかのとろみいため 白菜といかのとろみ炒め とんじる 豚汁	ごはん ぎゅうにくのおいすたーいため 牛肉のオイスター炒め ふろふきだいこんのなめたけかけ ふろふき大根のなめ茸かけ ふわふわたまごのみそしる ふわふわ卵の味噌汁	ごはん さわらのゆうあんやき サワラの柚庵焼き きゃべつとちくわのさらだ キャベツと竹輪のサラダ にんじんとわかめのあかだし 人参とわかめの赤だし	ごはん ぽーくちゃっぷ ポークチャップ きゃべつとつなのにもの キャベツとツナの煮物 さといもとだいこんはのみそしる 里芋と大根葉の味噌汁	ごはん むしどり うめそーす 蒸し鶏 梅ソース うまいなと豚肉の炒め物 うまい菜と豚肉の炒め物 しめじとわかめのみそしる しめじとわかめの味噌汁

※　都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。

特別養護老人ホーム　たちばなホーム

週　間　予　定　献　立　表

11月

2026年

	9 日　（月）	10 日　（火）	11 日　（水）	12 日　（木）	13 日　（金）	14 日　（土）	15 日　（日）
朝食	ごはん こうやどうふとぶたにくのさいころに 高野豆腐と豚肉のサイコロ煮 とろろゆかりあえ とろろゆかり和え しろなとひらてんのみそしる しろ菜と平天の味噌汁	ごはん だいずみーとはんばーぐ 大豆ミートハンバーグ ぶろっこりーのさらだ ブロッコリーのサラダ じゃがいもとにんじんのみそしる じゃがいもと人参の味噌汁	ふりかけ ごはん 5ひんもくぐざいのたまごやき 5品目具材の玉子焼き きゅうりのあさづけ 胡瓜の浅漬け はくさいとわかめのみそしる 白菜とわかめの味噌汁	ごはん なっとう 納豆 もやしとべーこんのそてー もやしとベーコンのソテー じゃがいもとしめじのみそしる じゃがいもとしめじの味噌汁	ごはん かにかまいりだしまきたまご カニカマ入りだし巻き卵 ぶろっこりーとひらてんのあえもの ブロッコリーと平天の和え物 ごぼうとこまつなのみそしる ごぼうと小松菜の味噌汁	ごはん きぬあげのそぼろに 絹揚げのそぼろ煮 あすばらのさらだ アスパラのサラダ きのこのみそしる きのこの味噌汁	ごはん ちぐさやき 千草焼き さつまいもさらだ さつまいもサラダ ほうれんそうとあさりのみそしる ほうれん草とあさりの味噌汁
昼食	北海道郷土料理 がたたんらーめん ガタタンラーメン きりぼしだいこんととりにくのにもの 切干大根と鶏肉の煮物 かりふらわーとこーんのさらだ カリフラワーとコーンのサラダ よーぐると ヨーグルト	ねぎとろどん ねぎとろ丼 ちゃわんむし 茶碗蒸し はくさいとだいこんはのあえもの 白菜と大根葉の和え物 まきふのみそしる 巻麸の味噌汁	ごはん あかうおのさんしょうやき 赤魚の山椒焼き きゃべつとあさりのいためもの キャベツとあさりの炒め物 まかろにさらだ マカロニサラダ きぬあげとだいこんはのみそしる 絹揚げと大根葉の味噌汁	お寿司 にぎりずし 握り寿司 はなふとかいわれのすましじる 花麸と貝割れのすまし汁 めろんぜりー メロンゼリー	ごはん ほっけのしおこうじやき ホッケの塩麹焼き こうやどうふとしいたけのさいころに 高野豆腐と椎茸のサイコロ煮 まきふのみそしる 巻麸の味噌汁 おれんじ オレンジ	ごはん ほきのぴかた ホキのピカタ ほうれんそうとかまぼこのあえもの ほうれん草とかまぼこの和え物 きゃべつとべーこんのそてー キャベツとベーコンのソテー とうふとねぎのみそしる 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん ぶたにくのこうみいため 豚肉の香味炒め さんしょくいなりのにもの 三色稲荷の煮物 じゃがいもときゃべつのみそしる じゃがいもとキャベツの味噌汁 みるくかんてん まんごーそーすがけ ミルク寒天 マンゴーソースがけ
おやつ 上：普　下：ゼ	どら焼き (こしあん) キャラメルゼリー	黒糖ソフトマフィン / りんごジュース 黒糖水ようかん / りんごジュース	みるくまんじゅう (抹茶) ぶどうゼリー	紅茶風味ババロア	バナナ風味カステラ / ミルクココア メロンゼリー / ミルクココア	チョコワッフル チョコゼリー	黒糖まんじゅう(白あん) キャラメルゼリー
夕食	ごはん ぶりのこうみやき ブリの香味焼き たまごとうふ 玉子とうふ あさりとたまねぎのみそしる あさりと玉ねぎの味噌汁	ごはん とりにくのしおやき 鶏肉の塩焼き まつかぜやき 松風焼き だいこんとねぎのみそしる 大根とねぎの味噌汁	ごはん とんかつのおろしあんかけ 豚かつのおろしあんかけ きんぴらごぼう 金平ごぼう うまいなとしいたけのみそしる うまい菜と椎茸の味噌汁	ごはん ぎんひらすのさいきょうやき 銀ひらすの西京焼き だいこんとぶたにくのとろみいため 大根と豚肉のとろみ炒め そーめんのすましじる ソーメンのすまし汁	ごはん にくじゃが 肉じゃが だいこんとこーんのさらだ 大根とコーンのサラダ きゃべつとねぎのすましじる キャベツとねぎのすまし汁	ごはん にくだんご 肉団子 だいこんと豚肉の煮物 大根と豚肉の煮物 さつまいもとわかめのみそしる さつまいもとわかめの味噌汁	ごはん あぶらがれいのぐりる アブラガレイのグリル はくさいとにらとぶたにくのにもの 白菜とニラと豚肉の煮物 きぬあげとにんじんのみそしる 絹揚げと人参の味噌汁

※　都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。

特別養護老人ホーム　たちばなホーム

週　間　予　定　献　立　表

11月

2026年

	16 日　（月）	17 日　（火）	18 日　（水）	19 日　（木）	20 日　（金）	21 日　（土）	22 日　（日）
朝食	ふりかけ ごはん たまごやき 玉子焼き こーるすろーさらだ コールスローサラダ だいこんとだいこんはのみそしる 大根と大根葉の味噌汁	ごはん とりつみれのにもの 鶏つみれの煮物 ぶろっこりーのようふうおひたし ブロッコリーの洋風お浸し きぬあげとわかめのみそしる 絹揚げとわかめの味噌汁	ごはん なっとう 納豆 きゃべつとこーんのそてー キャベツとコーンのソテー じゃがいもとごぼうのみそしる じゃがいもとごぼうの味噌汁	ごはん みーとおむれつ ミートオムレツ かぼちゃのさらだ かぼちゃのサラダ あさりときゃべつのみそしる あさりとキャベツの味噌汁	ごはん ちきんなげっと チキンナゲット ぶろっこりーのあえもの ブロッコリーの和え物 しろなとにんじんのみそしる しろ菜と人参の味噌汁	ごはん めぬけのやきびたし メヌケの焼き浸し かりふらわーとこーんのさらだ カリフラワーとコーンのサラダ はくさいとねぎのみそしる 白菜とねぎの味噌汁	ごはん すくらんぶるえっぐ スクランブルエッグ まかろにさらだ マカロニサラダ だいこんとにんじんのみそしる 大根と人参の味噌汁
昼食	ごはん やきさばのなんばんづけ 焼きサバの南蛮漬け ごぼうとあぶらあげのいためもの ごぼうと油揚げの炒め煮 はくさいともやしのみそしる 白菜ともやしの味噌汁 おれんじ オレンジ	ごはん めんちかつ メンチカツ ひじきとかんぴょうのにもの ひじきとかんぴょうの煮物 たまねぎときゃべつのみそしる 玉ねぎとキャベツの味噌汁 ばなな バナナ	おやこどん 親子丼 だいずと椎茸の煮物 大豆と椎茸の煮物 だいこんのさらだ 大根のサラダ おつゆふのみそしる おつゆ麸の味噌汁	ごはん さわらのにつけ サワラの煮付け れんこんとひらてんのきんぴら れんこんと平天の金平 ちんげんさいのあえもの 青梗菜の和え物 こまつなとしいたけのみそしる 小松菜と椎茸の味噌汁	炊き込みごはん さけのわかさやき サケの若狭焼き さといもとぐりんぴーすのそぼろに 里芋とグリンピースのそぼろ煮 はくさいのあえもの 白菜の和え物 たまねぎともやしのみそしる 玉ねぎともやしの味噌汁	ぼーくかれーらいす ポークカレーライス きゃべつとつなのまりね キャベツとツナのマリネ ほうれんそうのこーんすーぷ ほうれん草のコーンスープ まんごーかん マンゴー缶	ごはん ほきのからあげ ホキの唐揚げ もやしとぶたにくのいためもの もやしと豚肉の炒め物 きゃべつとごぼうのみそしる キャベツとごぼうの味噌汁 よーぐると はちみつそーす ヨーグルト はちみつソース
おやつ 上：普　下：ゼ	バナナ風味カステラ / ミルクティー はちみつレモンゼリー / ミルクティー	かぼちゃムース	チョコレートケーキ / りんごジュース ココアゼリー / りんごジュース	ストロベリーババロア	おしるこ	みるくまんじゅう (白あん) 黒糖水ようかん	安納芋ムース
夕食	ごはん くりーむちきん クリームチキン べーこんとえだまめのしおばたーそてー ベーコンと枝豆の塩バターソテー ちんげんさいとしいたけのみそしる 青梗菜と椎茸の味噌汁	ごはん いわしのさんしょうに イワシの山椒煮 はくさいとぶたにくのとろみいため 白菜と豚肉のとろみ炒め とうふとねぎのみそしる 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん しろみざかなのみそに 白身魚の味噌煮 いかふくさやき いかふくさ焼き はくさいとかまぼこのすましじる 白菜とかまぼこのすまし汁	ごはん ぶたにくのしょうがいため 豚肉の生姜炒め かにしゅーまい かにシューマイ だいこんはとねぎのみそしる 大根葉とねぎの味噌汁	ごはん はんばーぐ ハンバーグ きりぼしだいこんのにもの 切干大根の煮物 じゃがいもとわかめのみそしる じゃがいもとわかめの味噌汁	ごはん ごはん おでん おでん はくさいのにびたし 白菜の煮浸し	ごはん とりにくのゆずふうみぐりる 鶏肉の柚子風味グリル うのはな 卵の花 かまぼことたまねぎのみそしる かまぼこと玉ねぎの味噌汁

※　都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。

特別養護老人ホーム　たちばなホーム

週間予定献立表

11月

2026年

	23日（月）	24日（火）	25日（水）	26日（木）	27日（金）	28日（土）	29日（日）
朝食	ごはん ぼろにあそーせーじ ボロニアソーセージ ぶろっこりーとひらてんのおひたし ブロッコリーと平天のお浸し じゃがいもとにんじんのみそしる じゃがいもと人参の味噌汁	ごはん ふりかけ たまごやき 玉子焼き ぽてとさらだ ポテトサラダ だいこんはとだいこんはのみそしる 大根葉と大根葉の味噌汁	ごはん しろみざかなのつみれ 白身魚のつみれ ぶろっこりーのさらだ ブロッコリーのサラダ さつまいもとはくさいのみそしる さつまいもと白菜の味噌汁	ごはん だいずに 大豆煮 かりふらわーのさらだ カリフラワーのサラダ もやしとにんじんのみそしる もやしと人参の味噌汁	ごはん ぷれーんおむれつ プレーンオムレツ いんげんのさらだ インゲンのサラダ じゃがいもときぬあげのみそしる じゃがいもと絹揚げの味噌汁	ごはん こうやどうふとぶたにくのさいころに 高野豆腐と豚肉のサイコロ煮 ぶろっこりーのしろごまあえ ブロッコリーの白ごま和え あさりとはくさいのみそしる あさりと白菜の味噌汁	ごはん ちきんぴかた チキンピカタ とろろゆかりあえ とろろゆかり和え きゃべつとねぎのみそしる キャベツとねぎの味噌汁
昼食	ゆかりごはん おこのみやき お好み焼き きぬあげとぐりんぴーすのにもの 絹揚げとグリンピースの煮物 まきふのみそしる 巻麸の味噌汁 おれんじ オレンジ	ごはん あかうおのうおでん 赤魚の魚田 ごぼうとぶたにくのいりに ごぼうと豚肉の炒り煮 うまいなとしいたけのすましじる うまい菜と椎茸のすまし汁 ふるーつあんにんどうふ フルーツ杏仁豆腐	みーとそーすすぱげてぃ ミートソーススパゲティ ちーずのおむれつ チーズのオムレツ きゃべつのさらだ キャベツのサラダ こんそめすーぷ コンソメスープ	ごはん むしどり ようふうこうみそーす 蒸し鶏 洋風香味ソース きりぼし大根の煮物 切り干し大根の煮物 きゅうりのごまずあえ 胡瓜のごま酢和え きゃべつとこまつなのみそしる キャベツと小松菜の味噌汁	びびんば ビビンバ きゃべつのじゃこいため キャベツのじゃこ炒め たまねぎとしいたけのみそしる 玉ねぎと椎茸の味噌汁 はくとうかん・おうとうかん 白桃缶・黄桃缶	ごはん とりのからあげ 鶏の唐揚げ だいこんと豚肉の煮物 大根と豚肉の煮物 きゃべつとひらてんのさらだ キャベツと平天のサラダ とうふのみそしる 豆腐の味噌汁	ごはん しろみざかなのさんしょうに 白身魚の山椒煮 れんこんとちくわのいためなます れんこんと竹輪の炒め生酢 すぱげてぃさらだ スパゲティサラダ さつまいもとだいこんのみそしる さつまいもと大根の味噌汁
おやつ 上：普　下：ゼ	酒まんじゅう きなこゼリー	ワッフル / カルピス 紅茶ゼリー / カルピス	誕生会	黒糖まんじゅう(こしあん) はちみつレモンゼリー	バナナ風味カステラ / ミルクココア メロンゼリー / ミルクココア	プリン	ココアカップケーキ / ミルクティー チョコゼリー / ミルクティー
夕食	ごはん さんまのしょうがに 秋刀魚の生姜煮 だいこんとぶたにくのきんぴら 大根と豚肉の金平 そーめんのみそしる ソーメンの味噌汁	ごはん とりにくのまりねそーすやき 鶏肉のマリネソース焼き もやしとつなのいためもの もやしとツナの炒め物 きゃべつときぬあげのみそしる キャベツと絹揚げの味噌汁	ごはん さばのなんぶやき サバの南部焼き たまごどうふ 玉子どうふ あさりとたまねぎのみそしる あさりと玉ねぎの味噌汁	ごはん きぬあつあげのたきあわせ 絹厚揚げの炊き合わせ ぶたにくのわふういため 豚肉の和風炒め ねぎとわかめのみそしる ねぎとわかめの味噌汁	ごはん ぶりのてりやき ブリの照り焼き ひじきとぶたにくのいために ひじきと豚肉の炒め煮 おつゆふのみそしる おつゆ麸の味噌汁	ごはん しろみざかなのにつけ 白身魚の煮付け もやしとやきぶたのいためもの もやしと焼き豚の炒め物 さといもとわかめのみそしる 里芋とわかめの味噌汁	ごはん ぶたにくのしおだれいため 豚肉の塩だれ炒め いかふくさやき いかふくさ焼き きぬあげとにんじんのみそしる 絹揚げと人参の味噌汁

※　都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。

週　間　予　定　献　立　表

11月

2026年

	30 日　（月）	日　（火）	日　（水）	日　（木）	日　（金）	日　（土）	日　（日）
朝食	ごはん やさいとわかめのとうにゅうよせ 野菜とわかめの豆乳寄せ もやしとこーんのさらだ もやしとコーンのサラダ こまつなとたまねぎのみそしる 小松菜と玉ねぎの味噌汁						
昼食	駅弁 八戸小唄寿司 にもの / えびしゅーまい 煮物 / えびシューマイ かぼちゃさらだ / あまずしょうが かぼちゃサラダ / 甘酢生姜 まきふのあかだし 巻麸の赤だし りんご りんご						
おやつ 上：普　下：ｾﾞ	柿ゼリー						
夕食	ごはん とりにくのやわらかに 鶏肉のやわらか煮 きゃべつとつなのいためもの キャベツとツナの炒め物 ふわふわたまごのみそしる ふわふわ卵の味噌汁						

※　都合により、献立内容が一部変更になる場合がございます。