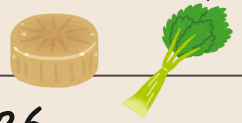
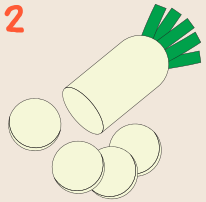
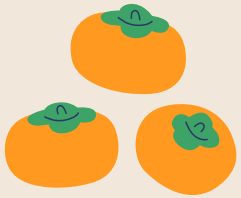
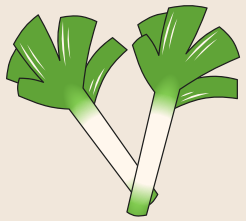
2026 11月 あんずハウス西公園献立表

日	月	火	水	木	金	土
1	2 チキンステーキレモン風味 ブロッコリーの ペペロンチーノ マカロニサラダ	3 味噌豚丼 茄子の煮浸し生姜風味 胡瓜の醤油漬け	4 メバルのチリソース チャプチェ ザーサイと木耳の中華和え	5 キャベツの牛肉炒め風 こんにゃくレンコン金平 ゴーヤのおかか和え	6 あさりピラフ チキンフライ 胡瓜のレモンマリネ	7 たらバター醤油焼き うの花 小松菜のおろし和え
8	9 鶏肉の八幡焼き なめたけと野菜の煮物 もずく和え	10 欧風ビーフカレー カリフラワーのバジル和え 福神漬け	11秋の彩り献立 鶏ご飯 さんま甘露煮 おみ漬けの白和え	12 肉汁つけそば 南瓜の煮物 ゆず甘酢大根	13 ほっけ粕漬焼き 金平ごぼう 青梗菜の彩り生姜和え	14 メンチカツ 白花豆 もやしの梅肉和え
15	16 白身魚の揚げ出し風 れんこんの土佐煮 キャベツのゆかり和え	17 赤魚の塩焼き 青菜の鶏そぼろ煮 うずら豆	18 豚甘辛ごはん 茄子の味噌炒め ゴーヤのおかか和え	19 カレイの中華あんかけ セロリと大根の鶏白湯 ザーサイと木耳の中華和え 	20 鶏の唐揚げ 切昆布和え モロヘイヤとオクラ和え	21ビュッフェ
22 	23 めばるの塩麹焼き 冬瓜の生姜あんかけ ヤングコーンのお浸し	24 牛丼 切干大根と切り昆布の煮物 胡瓜の醤油漬け	25 すけそうだらの幽庵焼き れんこんの土佐煮 長芋めかぶ和え	26 エビ入り五目うま煮 肉しゅうまい オクラおかか和え	27うどん 柳川風うどん 大根の煮物 茄子のだし浸し	28 チーズチキンカツ カリフラワーのカニ風あん もやしの梅肉和え
29	30 まぐろたたき丼 ごぼうのおかか煮 オクラの鬼おろし