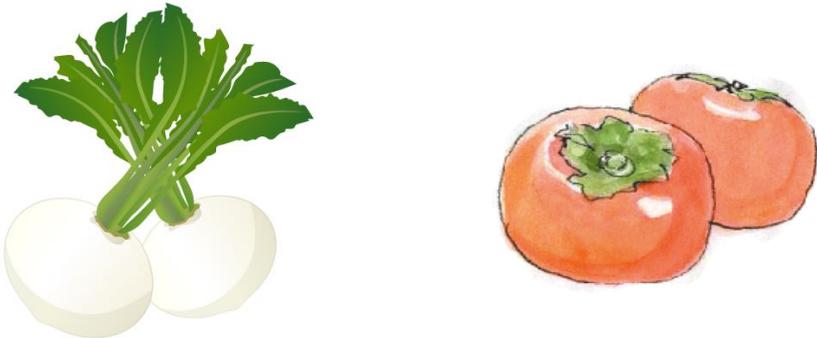


平成30年11月（前半）

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				ごはん 筑前煮 しらすと胡瓜の酢の物 味噌汁 香の物	ごはん 筑前煮 しらすと胡瓜の酢の物 味噌汁 香の物	赤飯 ブリの照り焼き 大根の柚子煮 かぶと柿のなます 吸い物 フルーツ
4	5	6	7	8	9	10
	豚丼 さつまいもの煮物 わかめの酢の物 味噌汁	赤飯 ブリの照り焼き 大根の柚子煮 かぶと柿のなます 吸い物 フルーツ	ゆかりごはん にゅう麺 天ぷら 人参のじゃこ煮 フルーツ	ゆかりごはん にゅう麺 天ぷら 人参のじゃこ煮 フルーツ	ごはん 蓮根とひじきのつくね かぼちゃのおかか和え 味噌汁 香の物	ごはん 蓮根とひじきのつくね かぼちゃのおかか和え 味噌汁 香の物
11	12	13	14	15	16	17
	チキンライス コールスローサラダ もやしスープ フルーツ	チキンライス コールスローサラダ もやしスープ フルーツ	ごはん 秋刀魚のゴマ焼き じゃがいもの煮物 白和え すまし汁	ごはん 秋刀魚のゴマ焼き じゃがいもの煮物 白和え すまし汁	鮪の山かけ丼 厚揚げの煮物 青菜のゴマ酢和え 味噌汁	鮪の山かけ丼 厚揚げの煮物 青菜のゴマ酢和え 味噌汁

平成30年11月（後半）

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
18	19	20	21	22	23	24
	ごはん 鮭のホイル焼き さつまいもサラダ カブのスープ	ごはん 鮭のホイル焼き さつまいもサラダ カブのスープ	わかめごはん 関東煮 もずくの酢の物 味噌汁	わかめごはん 関東煮 もずくの酢の物 味噌汁	ごはん 鶏肉の塩麹焼き 里芋の煮物 大根なます 味噌汁 香の物	ごはん 鶏肉の塩麹焼き 里芋の煮物 大根なます 味噌汁 香の物
25	26	27	28	29	30	
	ごはん 鶏肉のきじ焼き 舞茸のソテー 青菜のおろし和え 味噌汁 香の物	ごはん 鶏肉のきじ焼き 舞茸のソテー 青菜のおろし和え 味噌汁 香の物	ごはん 白身魚の野菜あんかけ もやしのナムル わかめスープ 香の物	ごはん 白身魚の野菜あんかけ もやしのナムル わかめスープ 香の物	豚丼 さつまいもの煮物 わかめの酢の物 味噌汁	
	<p>紅葉の綺麗な11月。秋も一段と深まり肌寒い日が増えてくる季節となります。パラダイスでは作品展ツアーや紅葉ドライブなど散策に出かけるイベントを予定していますので、どうぞお楽しみに！お食事では美味しく体も温まる生姜や根菜類を使った献立を用意してお待ちしております。師走に向けて寒さに負けない体づくりをして元気に過ごしていきましょうね！！</p>					
	<p>※食材や献立が都合により変わる場合がございます。ご了承下さい。</p>					