

サンガーデン府中

2025/11/01 ~ 2025/11/02

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
11/1 土	レーズンドッグ ポテトサラダ ブドウゼリー 牛乳	赤飯 豚肉の生姜炒め にんじんしりしり 大根の甘酢和え おつゆ麴の味噌汁	 鰯のムニエル 大豆のトマト煮 チンゲン菜の和え物
11/2 日	丸ロール 大根のポトフ いちごゼリー 牛乳	 きつねうどん カリフラワーの和風マヨネーズ和え ヨーグルト	 鶏肉の照り焼き ほうれん草のバター醤油炒め 蓮根のドレッシング和え

* 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。

蔵セントラルキッチン

月間献立一覧表

サンガーデン府中
2025/11/03 ~ 2025/11/09

常食

日付	朝食	昼食	夕食
11/3 月	赤かぶ粥 野菜の味噌炒め オレンジゼリー 牛乳	豚肉と野菜の炒め物 湯豆腐 ブロッコリーの和え物 花麩のすまし汁	鯛の柚子胡椒焼き かぼちゃの含め煮 キャベツの和え物錦糸がけ
11/4 火	レーズンドッグ 焼きビーフン いちごゼリー 牛乳	あじの磯焼き ぜんまいの炒め煮 フルーツカクテル缶 白菜の味噌汁	鶏じゃが 竹輪の炒め物 小松菜の和え物
11/5 水	卵雑炊 豆腐の生姜煮 ブドウゼリー 牛乳	シルバーのレモン醤油かけ かにのふわふわ天 オクラの和え物 うずまき麩の味噌汁	豚カツ ごぼうのたらこ炒め 冬瓜の塩昆布和え
11/6 木	丸ロール スパゲティサラダ オレンジゼリー 牛乳	豚肉とがんもの煮物 かぼちゃの甘みそがけ 小松菜のポン酢和え 花麩のすまし汁	カレイの香味焼き いんげんと桜えびの炒め物 カリフラワーのドレ和え
11/7 金	梅粥 大根とツナの煮物 いちごゼリー 牛乳	葉大根としらすのちらし寿司 ピーマンの甘辛炒め キャベツの和え物 湯葉の味噌汁	豚肉の野菜蒸し 里芋の土佐煮 ブロッコリーのワサビ和え
11/8 土	レーズンドッグ ジャーマンポテト ブドウゼリー 牛乳	鯖の味噌煮 蓮根の金平 りんご 冬瓜のすまし汁	ハンバーグ和風ソース 小松菜とじゃこの炒め物 切干大根の和え物
11/9 日	丸ロール ポトフ オレンジゼリー 牛乳	鶏肉の塩麴ソース ミニかぼちゃコロケ 水菜と白菜の和え物 玉葱のスープ	鮭のにんにく醤油焼き 炒り豆腐 もやしとわかめのごま酢和え

* 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。

蔵セントラルキッチン

月間献立一覧表

サンガーデン府中
2025/11/10 ~ 2025/11/16

常食

日付	朝食	昼食	夕食
11/10 月	赤かぶ粥 しろ菜の卵とじ いちごゼリー 牛乳	カレイの昆布茶焼き 五目豆 ほうれん草のドレッシング和え うずまき麩の味噌汁 	豚肉のネギ塩炒め 冬瓜の煮物 オクラのマヨ和え 
11/11 火	レーズンドッグ ツナサラダ ブドウゼリー 牛乳	豚肉の時雨煮 じゃが芋の煮っ転がし 人参の和え物 もやしの味噌汁 	鰯の照り焼き 和風マカロニソテー チンゲン菜の明太子和え 
11/12 水	青菜雑炊 ほうれん草のソテー オレンジゼリー 牛乳	チキンカレー コーンサラダ ヨーグルト 	茹で豚の薬味だれ いんげんの炒め物 玉子豆腐 
11/13 木	丸ロール マカロニサラダ いちごゼリー 牛乳	鶏肉の粕漬け焼き ひじき煮 ブロッコリーの和え物 おつゆ麩のすまし汁 	ホキのバター醤油焼き さつま芋の甘煮 小松菜の錦糸がけ 
11/14 金	わかめ粥 豆腐の旨煮 ブドウゼリー 牛乳	鰯の蒲焼き ほうれん草の炒め煮 冬瓜の和え物 大根の味噌汁 	鶏肉の五目炒め 焼きメンチカツ 水菜ともやしの和え物 
11/15 土	レーズンドッグ ポテトサラダ オレンジゼリー 牛乳	さつまいもご飯 豚肉と白菜のすき煮 出し巻き卵 オクラの和え物 湯葉の味噌汁 	カレイのしょうゆ糍焼き ピーマンの金平風 カリフラワーの甘酢和え 
11/16 日	丸ロール 大根のポトフ いちごゼリー 牛乳	なめこそば 竹輪の磯部揚げ チンゲン菜の辛子マヨ和え 	豚肉のバーベキューソース キャベツの炒め煮 フルーツカクテル缶 

* 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。

蔵セントラルキッチン

サンガーデン府中

2025/11/17 ~ 2025/11/23

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
11/17 月	赤かぶ粥 野菜の味噌炒め ブドウゼリー 牛乳	鶏肉の甘酢漬け 豆腐の山椒煮 いんげんの和え物 もやしの味噌汁	鯖の塩焼き ほうれん草とじゃこの炒め物 かぼちゃの和え物
11/18 火	レーズンドッグ 焼きビーフン オレンジゼリー 牛乳	シルバーの南部焼き ずいきの炒め煮 小松菜の和え物 おつゆ麴のすまし汁	蒸し鶏の和風ソース 冬瓜のカニあんかけ カリフラワーのお浸し
11/19 水	卵雑炊 豆腐の生姜煮 いちごゼリー 牛乳	ハンバーグ照り焼きソース 金平ごぼう ほうれん草の浅漬け風 じゃが芋の味噌汁	鯖の梅香焼き チンゲン菜の炒め煮 切干大根の和え物
11/20 木	丸ロール スパゲティサラダ ブドウゼリー 牛乳	蒸し魚の野菜あん 卵の花 キャベツの和え物 おつゆ麴の味噌汁	鶏肉のクワ焼き もやしの炒め物 オクラの和え物
11/21 金	梅粥 大根とツナの煮物 オレンジゼリー 牛乳	木の葉丼 チンゲン菜の炒め物 ヨーグルト うずまき麴のすまし汁	豚しゃぶ(温) じゃが芋のバター醤油 冬瓜の和え物
11/22 土	レーズンドッグ ジャーマンポテト いちごゼリー 牛乳	鰯の生姜焼き かぼちゃの湯葉あんかけ 水菜と白菜の和え物 花麴の味噌汁	鶏肉のレモン風味焼き ブロッコリーの炒め物 大根の塩昆布和え
11/23 日	丸ロール ポトフ ブドウゼリー 牛乳	肉団子と野菜の煮物 春巻き 小松菜の和え物 葉大根のスープ	カレイの山椒焼き 豆腐田楽 人参の和え物

* 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。

蔵セントラルキッチン

月間献立一覧表

サンガーデン府中
2025/11/24 ~ 2025/11/30

常食

日付	朝食	昼食	夕食
11/24 月	赤かぶ粥 しろ菜の卵とじ オレンジゼリー 牛乳	鰯の塩麹焼き ピーマンとじゃこの炒め物 フルーツカクテル缶 おつゆ麩の味噌汁 	鶏肉の甘辛炒め ごぼうの炒り煮 いんげんの和え物 
11/25 火	レーズンドッグ ツナサラダ いちごゼリー 牛乳	ゆかりと青菜の混ぜご飯 鶏の唐揚げ和風根菜あん きのこのバターポン酢炒め さつま芋のくるみ和え 柚子風味のすまし汁 ロールケーキ(沖縄県産黒糖&塩) 	シルバーの西京焼き カリフラワーのカレー煮 ひじきと胡瓜の和え物 
11/26 水	青菜雑炊 ほうれん草のソテー ブドウゼリー 牛乳	鯖の焼き浸し 切干大根の炒め煮 チンゲン菜の和え物 玉葱の味噌汁 	豚肉の旨煮 ミニコロッケ オクラの生姜和え 
11/27 木	丸ロール マカロニサラダ オレンジゼリー 牛乳	ハヤシライス 小松菜のドレ和え りんご 	蒸し鶏と温野菜のポン酢かけ ブロッコリーの湯葉あんかけ 冬瓜のゆかり和え 
11/28 金	わかめ粥 豆腐の旨煮 いちごゼリー 牛乳	豚肉の生姜炒め 白菜の炒め煮 玉子豆腐 花麩の味噌汁 	鰻の利休焼き 蓮根の甘辛炒め ほうれん草の和え物 
11/29 土	レーズンドッグ ポテトサラダ ブドウゼリー 牛乳	筑前煮 にんじんしりしり ヨーグルト うずまき麩の味噌汁 	カレイのレモン醤油かけ 大豆のトマト煮 小松菜の和え物 
11/30 日	丸ロール 大根のポトフ オレンジゼリー 牛乳	野菜湯麺 じゃが芋の味噌マヨ焼き ブロッコリーのナムル 	鶏肉の照り焼き チンゲン菜の煮浸し かぶの和え物 

* 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。

蔵セントラルキッチン