11月　1日　　火曜日 ・ごはん ・さわらの西京焼き ・卯の花 ・青さとろろ芋 ・あらめの酢味噌和え ・吸物 ・デザート(りんご) ・おやつ	
11月　2日　　水曜日 ・ごはん ・松風焼き ・チンゲンサイの炒め物 ・中華サラダ ・味噌汁 ・デザート(みかん) ・おやつ	
11月　3日　　木曜日 ・赤飯 ・サケのムニエル ・炊き合わせ ・さつま芋のレモン煮 ・吸物 ・デザート(みかん) ・おやつ	
11月　4日　　金曜日 ・ごはん ・かぼちゃコロッケ ・八宝菜 ・炒り豆腐 ・豚汁 ・デザート(みかん) ・おやつ	
11月　5日　　土曜日 ・ごはん ・サンマの煮付け ・キャベツオイスター炒め ・人参のゴマドレサラダ ・吸物 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	

11月　6日　　日曜日
・ハヤシライス
・かぼちゃのそぼろ煮
・豆サラダ
・デザート（杏仁豆腐）
・おやつ

11月　7日　　月曜日
・ごはん
・すずきの塩焼き
・炊き合わせ
・もやしのからし和え
・吸物
・デザート（みかん）
・おやつ

11月　8日　　火曜日
・ごはん
・牛肉野菜炒め
・高野豆腐の炊き合わせ
・青菜のポン酢がけ
・味噌汁
・デザート（フルーチェ）
・おやつ

11月　9日　　水曜日
・ごはん
・カジキの煮付け
・大豆五目煮
・海草サラダ
・吸物
・デザート（①ヨーグルト・③りんご）
・おやつ

11月　10日　　木曜日
・ごはん
・豚肉の角煮野菜そえ
・さつま芋の甘煮
・味噌汁
・デザート（みかん）
・おやつ

11月　11日　　金曜日 ・ごはん ・鶏の味噌焼き ・野菜炒め ・豆腐サラダ ・吸物 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	
11月　12日　　土曜日 ・ごはん ・サバの煮付け ・チンゲンサイの中華炒め ・春雨酢の物 ・味噌汁 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	
11月　13日　　日曜日 ・ごはん ・ロールキャベツ風 ・大豆のマヨネーズ和え ・青さとろろ芋 ・吸物 ・デザート(ゼリー) ・おやつ	
11月　14日　　月曜日 ・ごはん ・魚のフライ ・炊き合わせ ・もやしの辛し和え ・味噌汁 ・デザート(バナナ) ・おやつ	
11月　15日　　火曜日 ・ごはん ・照焼きチキン ・じゃが芋のクリーム和え ・ほうれん草のごま和え ・吸物 ・デザート(みかん) ・おやつ	

11月　16日　　水曜日
・ごはん
・スズキの塩焼き
・筑前煮
・さつま芋サラダ
・味噌汁
・デザート（①みかん・③バナナ）
・おやつ

11月　17日　　木曜日
・ごはん
・ビーフカレー
・温泉卵
・白菜サラダ
・金時豆
・デザート（みかん）
・おやつ

11月　18日　　金曜日
・ごはん
・天ぷら
・イワシの煮付け
・かぶのサラダ
・味噌汁
・デザート（①みかん・③りんご）
・おやつ

11月　19日　　土曜日
・ごはん
・鶏ムネ肉のあんかけ
・チンゲンサイ炒め
・人参の酢味噌和え
・味噌汁
・デザート（ヨーグルト）
・おやつ

11月　20日　　日曜日
・てこね寿司
・ひじきの煮物
・青菜のゴママヨネーズ和え
・里芋の田楽
・吸物
・デザート（ヨーグルト）
・おやつ

11月　21日　　月曜日 ・ごはん ・豚しゃぶ ・切干大根の五目煮 ・ポテトサラダ ・中華スープ ・デザート(バナナ) ・おやつ	
11月　22日　　火曜日 ・ごはん ・刺身 ・白菜の中華炒め ・炊き合わせ ・味噌汁 ・デザート(バナナ) ・おやつ	
11月　23日　　水曜日 ・ごはん ・チキン南蛮 ・ふろふき大根 ・スパゲティサラダ ・茶碗蒸し ・デザート(柿) ・おやつ	
11月　24日　　木曜日 ・ごはん ・赤魚の野菜あんかけ ・チンゲンサイとしめじの中華炒め ・湯豆腐 ・わかめスープ ・デザート(①柿・③ヨーグルト) ・おやつ	
11月　25日　　金曜日 ・ごはん ・酢豚 ・高野豆腐の炊き合わせ ・金時豆 ・味噌汁 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	

11月　26日　　土曜日 ・さつま芋ごはん ・おでん ・豆サラダ ・吸物 ・デザート(ゼリー) ・おやつ	
11月　27日　　日曜日 ・ごはん ・照焼きチキン ・炊き合わせ ・白和え ・野菜スープ ・デザート(ゼリー) ・おやつ	
11月　28日　　月曜日 ・炊き込みごはん ・あじのムニエル ・白菜の中華炒め ・春雨サラダ ・吸物 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	
11月　29日　　火曜日 ・ごはん ・肉じゃが ・グリンピースの卵とじ ・かぼちゃ酢の物 ・味噌汁 ・デザート(柿) ・おやつ	
11月　30日　　水曜日 ・ごはん ・海老のチリソース ・豚入り野菜炒め ・炊き合わせ ・けんちん汁 ・デザート(柿) ・おやつ	