



# 11月のきゅうしょく



## 11月のもくひょう

感謝して食べよう

4日 (火)

- ピラフ
- 牛乳
- コロッケ
- 牛肉と小松菜のソテー

5日 (水)

- ごはん
- 牛乳
- カレーライス
- 大根とツナのサラダ

6日 (木)

- 黒糖パン
- 牛乳
- 鶏肉のトマト煮
- マカロニサラダ

7日 (金)

- ごはん
- 牛乳
- トッポギ
- 切り干し大根のナムル

10日 (月)

- ごはん
- 牛乳
- 豚汁
- 厚揚げのボン酢かけ
- 手作りのり佃煮

11日 (火)

- ココアペーパーパン
- 牛乳
- きのこ小松菜のスパゲティ
- 白身魚フライ
- みかんカットゼリー

12日 (水)

- ごはん
- 牛乳
- 芋団子汁
- 鮭のちゃんちゃん焼き  
【郷土料理：北海道】

13日 (木)

- レーズンパン
- 牛乳
- 大根のポトフ
- 根菜チップス
- ミルメーク

14日 (金)

- ごはん
- 牛乳
- マーボー豆腐
- じゃがいも中華炒め
- 手作りきなこ大豆

17日 (月)

- ごはん
- 牛乳
- すまし汁
- こぎつね混ぜ寿司
- 一口天の煮物

18日 (火)

- バーガーパン
- 牛乳
- 白菜のスープ
- ハンバーグ
- キャベツのソテー
- カードチーズ

19日 (水)

- 減量ごはん
- 牛乳
- カレーうどん
- れんこんのはさみ揚げ
- 白菜の和え物

20日 (木)

- 全粒粉コッペ
- 牛乳
- ポークビーンズ
- おからのサラダ

21日 (金)

- ごはん
- 牛乳
- 高野豆腐の卵丼
- きんぴらごぼう
- 味付け小魚

25日 (火)

- ごはん
- 牛乳
- ホイコーロー
- 春巻き
- チンゲンサイの炒め物

26日 (水)

- ごはん
- 牛乳
- 里芋ときこのみそ汁
- さばの塩焼き
- キャベツのさっぱり和え

27日 (木)

- コッペパン
- 牛乳
- クリームシチュー
- ほうれん草とツナのサラダ
- マーシャルビーンズ

28日 (金)

- ごはん
- 牛乳
- おでん
- フロッコリーのごま和え
- みかん

