



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)



- ・ココアベヒーパン
- ・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
- ・じゃがいもの中華炒め
- ・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
- ・ボークビーンズ
- ・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
- ・白菜ときのこのみそ汁
- ・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
- ・ブロッコリーのごま和え
- ・みかん

