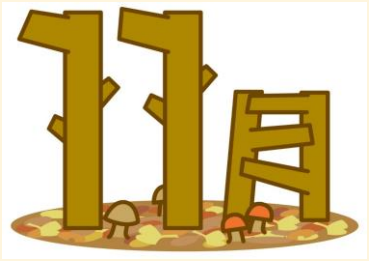


１１月のきゅうしょく





１１月のもくひょう

感謝して食べよう

２日（月）



・ピラフ
・牛乳
・コロッケ
・豚肉とキャベツのソテー

４日（水）



・ごはん
・牛乳
・カレーライス
・大根とツナのサラダ

５日（木）



・コッペパン
・牛乳
・ミネストローネ
・オムレツ
・いちごジャム

６日（金）



・ごはん
・牛乳
・すまし汁
・こぎつね混ぜ寿司
・平天の煮物

９日（月）



・ごはん
・牛乳
・トッポギ
・切り干し大根のナムル

１０日（火）

・ココアベビーパン
・牛乳
・きのこと小松菜のスパゲティ
・白身魚フライ
・みかんカットゼリー

１１日（水）

・ごはん
・牛乳
・厚揚げのケチャップ煮
・春雨のサラダ

１２日（木）

・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

１３日（金）

・ごはん
・牛乳
・マーボー豆腐
・じゃがいもの中華炒め

１６日（月）

・ごはん
・牛乳
・トックスープ
・鶏キムチの混ぜごはん

１７日（火）

・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

１８日（水）

・減量ごはん
・牛乳
・カレーうどん
・ししゃもフライ
・小松菜の和え物

１９日（木）

・全粒粉コッペパン
・牛乳
・ポークビーンズ
・おからのサラダ

２０日（金）

・ごはん
・牛乳
・高野豆腐の卵丼
・きんぴらごぼう

２４日（火）

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

２５日（水）

・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（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

２７日（金）

・ごはん
・牛乳
・おでん
・ブロッコリーのごま和え
・みかん

３０日（月）

・ごはん
・牛乳
・豚汁
・厚揚げのポン酢かけ
・手作りのり佃煮

