

11 月 4 日（火）



【 献 立 表 】

こぎつねごはん
わかさぎフリッター
和風サラダ
生揚げのみそ汁
牛乳

11 月 5 日（水）



【 献 立 表 】

ごはん
ぶた肉の三味焼き
切干大根のナムル
かきたま汁
豆乳ブラマンジェ
牛乳

11 月 6 日（木）



【 献 立 表 】

ガーリックトースト
ブロッコリーとたまごのサラダ
ポークビーンズ
オレンジ
牛乳

11 月 7 日 (金)



【 献 立 表 】

麦ごはん

いかのレモンじょうゆ

ツナとわかめのごまあえ

とん汁

カル鉄ヨーグルト

牛乳

11 月 10 日 (月)



【 献 立 表 】

ごはん

ほきの紅葉焼き

もやしのでえもの

白玉汁

納豆

牛乳

※小学校のみ

11 月 11 日 (火)



【 献 立 表 】

ごはん

四角いハンバーグデミグラスソース

マカロニサラダ

里いものみそ汁

牛乳

11 月 12 日（水）



【 献 立 表 】

茶めし
もちいなり
三色ごまあえ
おでん
アーモンド小魚
牛乳

11 月 13 日（木）



【 献 立 表 】

中華麺
マヨおひたし
塩ラーメンスープ
米粉のココアバナナケーキ
牛乳

11 月 14 日（金）



【 献 立 表 】

発芽米ごはん
くきわかめのサラダ
チキンカレー
フルーツのヨーグルトあえ
牛乳

11 月 17 日（月）



【 献 立 表 】

とり塩チャーハン
成田産れんこんの揚げぎょうざ
きゅうりともやしのナムル
わかめスープ
カルシウムヨーグルト
牛乳

11 月 18 日（火）



【 献 立 表 】

フレンチトースト
ひじきのマリネ
肉団子シチュー
りんご
牛乳

11 月 19 日（水）



【 献 立 表 】

黒米いもごはん
いわしのさんが焼き
きゅうりの南蛮漬け
ふるさと汁
米屋の塩ようかん
牛乳

11 月 20 日（木）



【 献 立 表 】

ごはん
えびしゅうまい
切干大根のピビンバ
中華風コーンスープ
ーログレープヨーグルトゼリー
牛乳

11 月 21 日（金）



【 献 立 表 】

菜めし
鯖の竜田揚げ
磯辺あえ
かぼちゃもち汁
牛乳

11 月 25 日（火）



【 献 立 表 】

きりこぶごはん
手作りさつま揚げ
きゅうりの風味漬け
すまし汁
ヨーグルトレーズン
牛乳

11 月 26 日（水）



【 献 立 表 】

チキンライス
寒天サラダ（ドレッシング）
さつまいもシチュー
みかん
牛乳

11 月 27 日（木）



【 献 立 表 】

ごはん（鮭ふりかけ）
南蛮から揚げ
千草あえ
じゃがいものみそ汁
牛乳

11 月 28 日（金）



【 献 立 表 】

うどん
ごぼうサラダ
カレーうどん汁
米粉のさつまいもマドレーヌ
牛乳