

11 月 4 日（火）



【 献 立 表 】

ご飯
さばのみそ煮
れんこんサラダ
五目汁
アセロラミルク
牛乳

11 月 5 日（水）



【 献 立 表 】

さつまいもパン
鶏肉のハーブ焼き
ビーンズサラダ
コーンスープ
プチトマト
牛乳

11 月 6 日（木）



【 献 立 表 】

ご飯
手作りカレーコロッケ
五目きんぴら
豆腐とわかめのみそ汁
牛乳

11 月 7 日（金）



【 献 立 表 】

ご飯（ふりかけ）
生揚げのそぼろあんかけ
ポン酢和え
かき玉汁
ソファール元気ヨーグルト
牛乳

11 月 10 日（月）



【 献 立 表 】

ご飯
鮭の西京焼き
納豆和え
沢煮椀
りんご
牛乳

11 月 11 日（火）



【 献 立 表 】

麦ご飯
豚丼の具
即席漬け
なめこ汁
かみかみ大豆
牛乳

11 月 12 日（水）



【 献 立 表 】

麦ご飯
チキンカレー
わかめサラダ
ぎょうざピザ
牛乳

11 月 13 日（木）



【 献 立 表 】

ご飯
あじのおろしソースがけ
しらたきピリ辛炒め
キャベツのみそ汁
ウエハース
牛乳

11 月 14 日（金）



【 献 立 表 】

ゆで中華麺
肉まん
ブロッコリーのツナマヨあえ
醤油ラーメンスープ
ひと口ぶどうゼリー
牛乳

11 月 17 日（月）



【 献 立 表 】

焼き豚チャーハン
手作り揚げぎょうざ
きゅうりともやしのナムル
フルーツ杏仁
牛乳

11 月 18 日（火）



【 献 立 表 】

ご飯
鶏肉のディアボラ風
コーンサラダ
コンソメスープ
カル鉄ヨーグルト
牛乳

11 月 19 日（水）



【 献 立 表 】

さつま芋ご飯（ごま塩）
いわしフライ
のりマヨ和え
豚汁
米屋の塩ようかん
牛乳

11 月 20 日（木）



【 献 立 表 】

ココア揚げパン

肉団子

ツナサラダ

ポトフ

みかん

牛乳

11 月 21 日（金）



【 献 立 表 】

ご飯（ふりかけ）

さんまの塩焼き

ほうれん草和風サラダ

おじゃがもち汁

牛乳

11 月 25 日（火）



【 献 立 表 】

麦ご飯

ポークしょうまい

きゅうりの中華ごま和え

マーボー豆腐

牛乳

11 月 26 日（水）



【 献 立 表 】

ご飯
赤魚一夜干し
マヨおひたし
豚肉と白菜のみそ汁
オレンジ
牛乳

11 月 27 日（木）



【 献 立 表 】

ご飯
大学芋
いそか和え
すき焼き風煮
牛乳

11 月 28 日（金）



【 献 立 表 】

コッペパン
プレーンオムレツ
ブロッコリーサラダ
米粉クリームシチュー
牛乳