



こんだてひょう



月	火	水	木	金
		11月1日	11月2日	11月3日
				
		ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜ごま和え みそ汁 果物	ごはん 豆腐ハンバーグ レンコン金平 みそ汁 果物	
11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日
				
ごはん 鶏肉ネギみそ焼き 白菜お浸し 豚汁 果物	ほうとう風うどん ブロッコリー和風サラダ 果物	中華丼 大学芋 中華風スープ 果物	食パン 鶏肉トマト煮 ほうれん草炒め 米粉コーンポタージュ 果物	ごはん ほっけ竜田揚げ 小松菜ツナ和え みそ汁 果物
11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日
				
さつま芋カレー フライドれんこん 果物	ごはん 豚の甘辛炒め じゃがいもの味噌煮 みそ汁 果物	鶏五目ごはん 煮魚 大根サラダ みそ汁 果物	ミートソーススパゲティ 南瓜グラッセ 果物	ごはん きのこかき揚げ 小松菜ツナマヨコーン みそ汁 果物
11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日
				
ごはん 炒め納豆 大根と人参の煮物 みそ汁 果物	塩ラーメン ブロッコリーみそマヨ和え 果物	ツナマヨコーントースト 鶏肉きのこ煮 ジャーマンポテト スープ 果物		ごはん 豆腐ナゲット きゅうりのおかか和え みそ汁 果物
11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	
				
ピピンパ丼 チンゲン菜コーン和え 中華風スープ 果物	シーフードカレー コールスロー 果物	豆乳うどん きなこポテト 果物	ごはん 鮭のムニエル ほうれん草のり和え みそ汁 果物	