

これまでのこんだて 2021年11月



11月1日

牛乳

ご飯

チキンナゲット

厚揚げともやし

の炒め物

ごまみそ汁



11月2日

牛乳

親子丼

(麦ご飯)

ブロッコリーの

おかか和え

すまし汁



11月 10日

牛乳

チキンカレー

(麦ご飯)

切り干し大根の

ごま酢和え

ヨーグルト



11月 11日

牛乳

けんちんうどん

(ソフト麺)

おさかなフライ



11月 16日

牛乳

ご飯

ハンバーグの

デミグラス

ソース

シーザーサラダ

ポトフ



11月 17日

牛乳

ご飯

ハムチーズ

オムレツ

のり酢和え

水餃子スープ



11月 18日
 牛乳
 みそラーメン
 (中華麺)
 シュウマイ
 わかめと
 ブロッコリーの
 サラダ



11月 19日
 牛乳
 二色丼
 (麦ご飯)
 レタスのスープ
 ラ・フランス
 ゼリー



11月22日

牛乳

つくば鶏の
チキンカツ
ヤーコンの
ピリ辛炒め



11月24日

牛乳

ご飯

さんま煮

ひじきのサラダ
豚汁



11月26日
牛乳
白菜の
あんかけ丼
にらまんじゅう
ジュリエヌ
スープ



11月29日
牛乳
ご飯
酢豚
バンサンスー
えび団子スープ



11月30日
牛乳
ご飯
鮭のきのこ
あんかけ
豚肉と切干大根
の炒め物
さつまいも汁