

これまでのこんだて

h30 11月



11月1日  
カレーうどん  
(ソフト麺)  
牛乳  
豆腐ナゲット  
ごま和え



11月2日  
ご飯 牛乳  
豚の香味焼き  
バンサンスー  
なると入り  
わかめスープ



11月5日  
 ご飯 牛乳  
 鮭和風漬け焼き  
 里芋のゆず  
 みそ煮  
 呉汁  
 ヨーグルト



11月6日  
 食パン 牛乳  
 いちごジャム  
 ボロニア  
 ステーキ  
 茹で野菜サラダ  
 スープ  
 スパゲティ



11月7日  
 ご飯 牛乳  
 さんまの蒲焼き  
 切干大根  
 ごま酢和え  
 さつまいも汁



11月8日  
 ご飯 牛乳  
 鶏肉のみそ  
 チーズ焼き  
 ほうれん草の  
 磯香和え  
 さつまいも汁



かみかみデー

11月9日  
 ご飯 牛乳  
 豚肉の生姜焼き  
 ナムル  
 あさりのチゲ風  
 スープ



11月12日  
 ご飯 牛乳  
 あじ松葉フライ  
 豆とツナの  
 サラダ  
 豚肉の  
 はりはり汁



11月14日  
 ピラフ 牛乳  
 チーズとおろし  
 人参のオムレツ  
 グリーンサラダ  
 カリフラワー  
 のスープ



11月15日  
 ご飯 牛乳  
 さば塩麹カレー  
 焼き  
 大根と豚肉  
 の煮物  
 みそ汁



茨城を食べよう Week !

11月16日  
 ご飯 牛乳  
 えびシュウマイ  
 焼肉炒め  
 中華スープ



茨城を食べよう Week !

11月19日  
 境町産のご飯  
 牛乳 納豆  
 揚げ餃子  
 ヤーコン金平  
 みそ汁





茨城を食べよう Week !

11月20日  
 麦ご飯 牛乳  
 れんこんチップ  
 カレー  
 大根と水菜  
 のサラダ  
 ゆずヨーグルト



茨城を食べよう Week !

11月21日  
 ご飯 牛乳  
 県産いなだの  
 みそ漬け焼き  
 ゆずしめじ  
 のつぺ汁



11月22日

牛乳

わかめうどん

(ソフト麺)

大豆といりこ

の揚げ煮

バナナ

茨城を食べよう Week!



11月26日

麦ご飯 牛乳

親子煮

水菜とれんこん

のサラダ

すまし汁





11月27日  
 食パン 牛乳  
 りんごジャム  
 フライドチキン  
 花野菜サラダ  
 ポトフ  
 みかん



11月28日  
 ご飯 牛乳  
 かに玉  
 (甘酢あん)  
 バンバンジー  
 サラダ  
 野菜ワンタン  
 スープ



11月29日  
 ご飯 牛乳  
 さばみそだれ  
 ゆば入り  
 おひたし  
 根菜のみそ汁



11月30日  
 ご飯 牛乳  
 鶏肉の香草焼き  
 ひじきのごま  
 ドレサラダ  
 生揚げのみそ汁