

これまでのこんだて

h29 11月



11月1日

ご飯 牛乳
鶏のねぎソース
焼き
のり酢和え
きのこ汁



11月2日

秋野菜カレー
(麦ご飯)
牛乳
バンサンスー
ヨーグルト



11月6日
ご飯 牛乳
トマトとチーズ
の卵焼き
ほうれん草の
ソテー
キャベツと貝の
ミルクスープ



11月7日
玄米ご飯
牛乳
さばゆず風味
焼き
煮浸し
せんべい汁



11月8日
ご飯 牛乳
豆腐ハンバーグ
ごぼうとコーン
のサラダ
親子煮
りんご



11月9日
わかめラーメン
(中華麺)
牛乳
チキンカツ
水菜とツナの
和え物

かみかみデー



11月10日
ご飯 牛乳
鮭のごま焼き
豚肉のごぼうの
土佐煮
さつまの豆乳
みそ汁



11月14日
食パン 牛乳
ママレード
ジャム
チリコンカン
茹で野菜サラダ
卵のふわふわ
スープ



11月15日
ご飯 牛乳
さんまの煮付け
人参ごまみそ
サラダ
すきやき風煮



11月16日
きのこご飯
牛乳
鶏のみそ焼き
ブロッコリー
おかかのり和え
ちんげん菜
のスープ



11月17日
中華丼
(麦ご飯)
牛乳
春巻き
にらナムル
ゆずヨーグルト



11月20日
境町のご飯
牛乳
納豆
とりのてりやき
塩昆布の和え物
白菜の炒め煮



11月21日

境町のご飯

牛乳

レンコン炒り煮

揚げ餃子

ゆずしめじ

のっぺいじる



11月22日

境町のご飯

牛乳 柿

さばの塩焼き

くうしんさいと

ベーコンの

ソテー

梅山豚の豚汁



11月24日
牛乳
境町のご飯
豚の生姜焼き
じゃこ
ドレッシング
和え
ご汁



11月27日
ご飯 牛乳
鮭のきのこ
あんかけ
はくさいサラダ
五目豆



11月28日

玄米ご飯

牛乳

鶏の付け焼き

切干大根の

煮物

メンマスープ

りんご



11月29日

ご飯 牛乳

ぶりの照り焼き

かぼちゃの

そばろ煮

味噌汁



11月30日

牛乳

きつねうどん

(ソフト麺)

わかさぎの

南蛮漬け

さつまいも

サラダ