

11月 こん だて ひょう わくわく献立表

旬の食べ物

新米 さんま さけ さば
 さつまいも はくさい ブロッコリー
 ほうれん草 ごぼう りんご



今月の目標

食事のあいさつをきちんとしよう



1(金)
 とんかつ
 ボイルキャベツ
 むらくもじる

4(月) 振替休日 	5(火) キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもとくりの タルト	6(水) メンチカツ ごまドレサラダ ポテトスープ	7(木) とりにくのかりんあげ かんてんサラダ いなかじる	8(金) たらのみそマヨやき かみかみサラダ とりごぼうじる
11(月) こめこカレーライス フルーツポンチ	12(火) ほねくのいそべあげ きんぴらごぼう じゃがいものみそじる	13(水) コッペパン ボロニアステーキ グリーンサラダ ポークビーンズ	14(木) はるまき ごまマヨネーズサラダ ちゅうかスープ	15(金) さつまいもごはん とりにくのてりやき じゃこあえ とうふのとろとろじる
18(月) あげギョーザ ナムル ちゅうかコーンスープ	19(火) さばのこうみやき ひじきのにももの きみのふるさとみそじる	20(水) オムライス マカロニスープ ヨーグルト	21(木) ささみカツ スイートポテトサラダ オニオンスープ	22(金) ほそぎりこんぶの まぜごはん とうふハンバーグ かきたまじる くだもの(みかん)
25(月) たちうおのにつけ ごまあえ みそけんちんじる	26(火) カレーうどん コロッケ ツナごぼうサラダ	27(水) コッペパン とりにくの レモンソース フレンチサラダ はくさいスープ	28(木) ビビンバ トックいりたまごスープ	29(金) ちくぜんに ゆかりあえ すましじる