



11月 こんだてひょう



日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ
2	月	牛乳	ご飯 豆腐団子のから揚げ フロッコリーとハムのサラダ 清汁	牛乳 お茶 ヨーグルト
4	水	牛乳	牛丼 ひじきのサラダ キウイフルーツ	牛乳 菓子パン
5	木	牛乳	ご飯 せんざんき ツナポテト 菊花ウインナーソーテー スパゲティのケチャップあえ レタス みかん	牛乳 ジャムサンドビスケット
6	金	リンゴジュース	ご飯 酢豚 コーンサラダ フキトマト	牛乳 バナナ ポップコーン
7	土	牛乳	クロワッサン スパゲティナポリタン フロッコリーサラダ パイン缶	牛乳 カステラ
9	月	リンゴジュース	ご飯 魚の照り煮 かぶと人参のなます 牛乳風味の豚汁	お茶 フリン
10	火	牛乳	ご飯 じゃがいものほろ煮 拌三絲 みかん	牛乳 手作り蒸しパン
11	水	牛乳	ご飯 レバーのバーベキューソースかけ 青菜の煮びたし フキトマト	牛乳 シュークリーム
12	木	乳酸飲料	食パン 牛乳 カズのクリームシチュー フロッコリーとハムのサラダ パイン缶	牛乳 クッキー
13	金	リンゴジュース	ご飯 かわりオムレツ ささみとトマトのマリネ みかん	お茶 中華そば
14	土	牛乳	ご飯 豚肉の青菜炒め ツナポテト パイン缶	牛乳 タックワース
16	月	牛乳	ご飯 いもだき 青菜の磯浸し なし	乳酸飲料 フレンチドッグ
17	火	牛乳	ご飯 エビとタマネギのかき揚げ 華風サラダ パイン缶	牛乳 ラスク
18	水	牛乳	ご飯 魚のから揚げ グリーンフレンチサラダ ビーフン汁	牛乳 スイートポテト
19	木	牛乳	中華丼 かぼちゃのサラダ なし	牛乳 いもがし
20	金	牛乳	ご飯 魚のチーズフライ 五目白和え かき	お茶 フルーツゼリー
21	土	オレンジジュース	コッペパン 牛肉とピーマンの細切り炒め フロッコリーサラダ バナナ	牛乳 チーズクラッカー
24	火	牛乳	ハヤシライス りんごサラダ パイン缶	牛乳 フレンチトースト
25	水	牛乳	カレーピラフ エビフライ マカロニサラダ レタス トマト みかん	牛乳 袋菓子
26	木	キャロットジュース	食パン 牛乳 和風ハンバーグ スパゲティのケチャップあえ きゅうりのヨーグルトサラダ	牛乳 ビスケット
27	金	牛乳	ご飯 かぼちゃのコロッケ アスパラときゅうりのサラダ フキトマト パイン缶	牛乳 米せんべい
28	土	牛乳	ご飯 鶏肉と切り干し大根の煮物 フロッコリーのフレンチサラダ みかん	牛乳 カップケーキ
30	月	牛乳	ご飯 鶏肉とごぼうの味噌炒め ほうれん草と白菜のお浸し じゃがいものみそ汁	牛乳 ロールケーキ

