



11月 こんだてひょう



日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ
1	木	牛乳	ご飯 鶏肉のレモン煮 ひじきのサラダ みかん	牛乳 サフシ
5	月	牛乳	ご飯 魚のしぐれ煮 青菜とコーンのごまあえ つみれ汁	牛乳 あんまん
6	火	牛乳	ご飯 平天入りおでん キャベツのおかか和え かき	牛乳 パイ菓子
7	水	リンゴジュース	食パン 牛乳 照り焼きチキン きゅうりのフレンチサラダ コーンスープ	牛乳 手作りクッキー
8	木	牛乳	ご飯 魚のチーズフライ コールスローサラダ フチトマト	牛乳 いもかし
9	金	牛乳	ご飯 中華風炒め フロッコリーのゴマサラダ 卵とチンゲンサイのスープ	牛乳 手作りロールケーキ
10	土	牛乳	ご飯 鶏肉とじゃがいもの旨煮 青菜とかまぼこのごまあえ バナナ	牛乳 パームクーヘン
12	月	牛乳	ご飯 魚のから揚げ 海草サラダ なめこ汁	牛乳 ポテトチップス
13	火	乳酸飲料	ご飯 五目煮豆 きゅうりともやしのごまあえ 白玉汁	お茶 焼き芋
14	水	牛乳	ご飯 魚のカレーあんかけ 大根サラダ りんご	お茶 フリン
15	木	オレンジジュース	おもぶりが飯 豚肉のしょうが焼き きゅうりのおかかあえ 豆腐と卵のお汁	乳酸飲料 ウエハース バナナ
16	金	牛乳	ご飯 魚の磯辺揚げ かぼちゃのサラダ はんぺんの清汁	お茶 スパゲティ
17	土	牛乳	ご飯 豚肉と青菜炒め トマトとキャベツのサラダ みかん	牛乳 菓子パン
19	月	牛乳	ソースカツ丼 白菜サラダ 舞茸と卵の清汁	牛乳 えびせんべい
20	火	牛乳	ご飯 白身団子のオーロラソース 海草サラダ みかん	お茶 固形ヨーグルト
21	水	牛乳	ご飯 すきやき キャベツの甘酢和え フチトマト	牛乳 手作りスイートポテト
22	木	キャロットジュース	鶏とごぼうの炊き込みご飯 鶏肉のマーマレード煮 エビグラタン きゅうりのフレンチサラダ フチトマト りんご	牛乳 袋菓子
24	土	乳酸飲料	ロールパン 牛乳 ベーコン入りスクランブルエッグ トマトのフレンチサラダ りんご	牛乳 ワッフル
26	月	牛乳	ご飯 魚のカレームニエル フロッコリーのフレンチサラダ ポトフ	お茶 肉うどん
27	火	牛乳	ご飯 チャウダー トマトのフレンチサラダ りんご	牛乳 菓子パン
28	水	飲むヨーグルト	ご飯 レバーのマリアナソースかけ 春雨サラダ フチトマト	かぼちゃのスープ クロワッサン
29	木	牛乳	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 白和え ふとえのきのお汁	牛乳 カステラ
30	金	牛乳	ご飯 かき揚げ キャベツとワカメの甘酢和え かき	牛乳 クラッカー チーズ

