

11月のこんだて

木々も色づき、紅葉が美しい季節になりました。
 空気も乾燥してくるので、うがい・手洗いを忘れず、風邪
 を予防しましょう。

日	しゅしょく	てんかぶつ	しゅさい	ふくさい	おしる	デザート
1月	キャロットパン		えびグラタン	こまつなサラダ		フルーツポンチ
2火	むぎごはん		とりにくのレモンに	げんきになるサラダ	やさいのみそしる	みかんクレープ
4木	ごもくうどん		しろみざかなの からあげ	キャベツのごまあえ		りんごタルト
5金	ピピンバ				とうふとコーンの スープ	りんご
8月	こめこパン		さけのピザやき	コールスローサラダ	じゃがいもとわかめの スープ	
9火	むぎごはん		とりにくのみそやき	やさいのあますあえ	ふしめんじる	
10水	そぼろまぜごはん		しろみざかなの いそべあげ	ゆかりあえ		ぶどうゼリー
11木	ふきよせおこわ		さんまのばいにくむし	ほうれんそうの おひたし	けんちんじる	
12金	きのこカレー			グリーンサラダ		みかん
15月	こがたコッペパン		ナポリタンスパゲティ	ひじきの チーズサラダ	フライドさといも	あおりんごゼリー
16火	むぎごはん		はまちのしおやき	いそかあえ	くたくさんみそしる	
17水	ぜんりゅうふんパン		ハンバーグ	ポイルやさい	ミネストローネ	
18木	おやこどんぶり			れんこんとみずなの ごまヨサラダ		りんご
19金	むぎごはん		えびとあつあげの ちゅうかに	はるさめサラダ		キウイ
22月	こめこパン		さけの ケチャップがらめ	ブロッコリーサラダ	やさいスープ	みかんゼリー
24水	むぎごはん		ちぐさやき	たべてなの おかかあえ	じゃがいものみそしる	パイナップル
25木	こだいまいごはん		すきやきに	だいがくいも		
26金	おいでまいごはん		さばのこうみやき	はくさいのこんぶあえ	やさいのみそしる	
29月	コッペパン	みかん ジャム	かぶのシチュー	ツナサラダ		
30火	むぎごはん		さけのフライ	きりぼしだいこんと あおなのごますあえ	くたくさんみそしる	みかん

※毎食、牛乳がつきます。
 ※色つき枠は保育所のみ