

11月のこんだて

気温も低くなり、空気も乾燥してきました。
風邪をひかないよう、外から帰ったら、
うがい・手洗いを忘れずにしましょう。

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 金	ビビンバ				とうふとコーンの スープ	さぬきゴールド
5 火	みそラーメン			ひじきサラダ		てづくりドーナツ
6 水	むぎごはん	あじつけ のり	とりにくのからあげ	げんきになるサラダ	わかめとたまごの スープ	みかんクレープ
7 木	ごはん		チーズいり ハンバーグ	パセリポテト	やさいスープ	
8 金	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		フルーツポンチ
11 月	こめこパン		メンチカツ	コールスローサラダ	わかめスープ	
12 火	ごはん		さけのこうみやき	ブロッコリーのごまあえ	けんちんじる	ぶどうゼリー
13 水	こがたあげパン		とりときのこの スパゲティ	グリーンサラダ		みかん
14 木	ごはん		てづくりがんも	はくさいの こんぶあえ	じゃがいもの みそしる	ヨーグルト
15 金	カレーライス			ブロッコリーサラダ		りんご
18 月	ぜんりゅうふんパン	いちご ジャム	さけの ケチャップがらめ	かいそうサラダ	かぶのスープ	
19 火	むぎごはん		まつかぜやき	おかかあえ	オリーブとんの とんじる	とうにゅうプリン タルト
20 水	おやこどんぶり			れんこんの ごまネーズサラダ		キウイ
21 木	ごはん		はまちのてりやき	いそかあえ	ぐだくさん みそしる	
22 金	ゆかりごはん		えびとあつあげの ちゅうかに	たべてなの サラダ		
25 月	こくとうパン		かぼちゃオムレツ	ツナサラダ	はるさめスープ	
26 火	ごはん	ふりかけ	しろみざかなの さらさあげ	ごまあえ	かぶのみそしる	
27 水	ぶたキムチ どんぶり			だいがくいも		みかん
28 木	おいでまいごはん		さばのみそに	おひたし	ふしめんじる	
29 金	ひじきごはん		とうふナゲット	キャベツのごまあえ	だいこんのみそしる	

※毎食、牛乳がつきます。
※色つき枠は保育所のみ

中央保育所

