



# 11月の予定献立表



月	火	水	木	金	土
		1 かに玉 大豆の甘煮 中華スープ フロッコリーのホットサラダ 南瓜あん焼き大福	2 切干大根がんもどき 小松菜と蓮根のじゃこ和え オレンジ すまし汁 米粉のココア蒸しパン	3 	4 ミックスサンド コンソメスープ バナナ おにぎり
6 鮭の味噌マヨ焼き 里芋と厚揚げの煮物 キウイ すまし汁 牛肉菜飯おにぎり	7 レバーボール 柿なます フロッコリー 野菜スープ 牛乳もち	8 白雪ひじきの油炒め 里芋のごまマヨサラダ ししゃも みそ汁 りんごのジャムサンド	9 魚の塩こうじ焼き 南瓜の甘煮 りんご ベジミートスパゲティー 鶏がらスープ ひじき鰹頭	10 高野豆腐のオランダ煮 ひじきサラダ パイナップル みそ汁 いももち	11 団子汁 バナナ おにぎり
13 カツ入りシチュー 切昆布の当座煮 バナナ 南瓜ケーキ	14 魚のムニエル ほうれん草の白和え すまし汁 さつまいもの粉吹き りんご もちもちコーンパン	15 厚揚げの中華煮 もやしの梅肉和え みかん かえり 卵スープ 赤飯	16 すき焼き卵 ひじきの華風和え フロッコリー みそ汁 ドーナツ	17 魚と切干大根の煮つけ 南瓜サラダ パイナップル みそ汁 ごまだしうどん	18 ビビンバ わかめスープ バナナ おにぎり
20 松風焼き さつまいものオレンジ煮 煮昆布 すまし汁 まんじゅう	21 チーズ入りさつまいも揚げ 野菜の納豆和え オレンジ コンソメスープ さつまいものミルク羊羹	22 コーン入り豆乳卵スープ レンコンの金平 バナナ やせうま	23 	24 お弁当日  ヨーグルト	25 豆乳スパゲティー バナナ おにぎり
27 魚のおろし煮 ポパイサラダ 人参のグラッセ みそ汁 おつゆ麩の黒糖がらめ	28 のっぺい汁 ひじきの炒め煮 バナナ 焼き芋	29 豚肉の生姜焼き 春雨の酢の物 パイナップル みそ汁 牛乳プリン	30 ★お誕生会★ お楽しみに! 	「カリフラワー」ってなあに? カリフラワーとは、新しいタイプのカリフラワーの一種です。ほんのり甘く癖が少ないので生でも食べられます。 	

※入荷の都合などにより献立が変更になることがあります。ご了承をお願いします。

