

## 11月分標準献立表

献 立 名						
1	ごはん	なめこ汁	さばのみそ煮	わかめあえ	梨	牛乳
2	ごはん	地場もん自慢汁	車麩の揚げ煮	柿入りフレンチ サラダ		牛乳
3	ごはん	うずら卵入り大根の オイスターソース煮	揚げぎょうざ	もやしのナム ル		牛乳
4	ごはん	筑前煮	厚焼き卵	大根のツナあ え	乾燥小魚	牛乳
5	ごはん	いものこ汁	さんまの松前煮	ごまびたし		牛乳
6	ごはん	卵ともぞくのスープ	豚肉とれんこんの 黒酢炒め	白菜漬け	乾燥ブルーン	牛乳
7	ごはん	みそワンタンスープ	大豆と鶏肉の アーモンドがらめ	即席漬け		牛乳
8	ごはん	うずら卵入り八宝菜	さつまいもと大豆の揚げ煮	みかん		牛乳
9	ごはん	じゃがいものそぼろ 煮	アーモンド入り ちりめんじやこの佃煮	風味漬け	ルレクチエ ゼリー	牛乳
10	ごはん	豚汁	ほつけの塩焼き	金時豆の甘煮	小:りんご 中:ヨーグルト	牛乳
11	ごはん	地場もん きのこたっぷり汁	白身魚の梨ソース かけ	かきのもとの おひたし	ミルクデザート	牛乳
12	ごはん ふりかけ(のり)	中華風たまごスープ	ポークシューマイ	シャキシャキサ ラダ	中:りんご	牛乳
13	きんぴら丼	にら卵スープ		ふかし芋		牛乳
14	マーボー丼			中華サラダ	小:ぶどうゼリー 中:ごまプリン	牛乳
15	ポークカレーライス		アーモンド入り こまツナサラダ	福神漬け		牛乳
16	カレー味ごはん	サーモンのクリーム ソース		くきわかめのサ ラダ	みかん	牛乳
17	くり入り 五目ごはん	わかめのみそ汁	小いわしのフライ	ごま入りかきあ えなます	中:チーズ	牛乳
18	ごはん	油揚げと白菜の みそ汁	チキンカレー煮	アーモンド入り さつまいもサラダ		牛乳