

11月

ノーボーダース



1 月 おにぎり	2 水 ごはん	3 火 文化の日	4 木 俵ごはん(ゆかり)	5 金 ごはん	6 土 ごはん
コーンコロック 鶏肉の味噌焼き もやしソテー ひじき煮・さつま揚げ煮 フルーツ	豚カツ さつま芋レモン煮 キャベツソテー マカロニツナサラダ フルーツ		豆腐ハンバーグ ポークビッツ 和風スパゲティソテー 肉じゃが フルーツ	豚肉南蛮炒め コーン焼売 枝豆 もやしと竹輪の和え物 フルーツ	チキンカツ ウィンナー 根菜炒め 里芋煮・もずく酢 漬物・フルーツ
8 月 ごはん	9 火 俵ごはん(菜飯)	10 水 炊込みごはん	11 木 ごはん	12 金 おにぎり	13 土 ごはん
カレー春巻き 肉団子ケチャップ煮 春雨炒め ツナ大豆煮 フルーツ	ハンバーグ ポテトフライ スパゲティソテー チキンほうれん草サラダ フルーツ	豚しゃぶ キャベツと胡瓜の和え物 揚げ餃子 さつま芋と大豆の甘がらめ フルーツ	照焼きチキン 南瓜の天ぷら 焼うどん 金平ごぼう フルーツ	八幡巻き 白身魚の唐揚げ 青菜コーン和え 大根と竹輪の炒め煮 フルーツ	おろしハンバーグ 焼きそば 若竹煮 昆布巻き・とろろパック 漬物・フルーツ
15 月 俵ごはん(ゆかり)	16 火 ごはん	17 水 おにぎり	18 木 ごはん	19 金 ごはん	20 土 ごはん
ホイコーロー ロールキャベツ 揚げコーンボール じゃが芋ミンチカレー炒め フルーツ	酢鶏 さくら焼売 枝豆 ブロッコリーサラダ フルーツ	サバの照焼き 蒸しさつま芋 根菜炒め 春雨の酢の物 フルーツ	エビカツ ウィンナー マカロニソテー 人参サラダ フルーツ	焼き豚 星コロック 塩焼きそば 南瓜ソテー フルーツ	ハムカツ 焼売・ナポリタンスパゲティ がんも煮・半平煮 茶碗蒸し 漬物・フルーツ
22 月 ごはん	23 火	24 水 炊込みごはん	25 木 おにぎり	26 金 俵ごはん(菜飯)	27 土 ごはん
鶏つくね ひとくちイカフライ もやしの和え物 炒り豆腐 フルーツ		一口白身魚フライ ポークビッツ 野菜炒め ポテトサラダ フルーツ	肉団子のトマト煮 チキンナゲット 切干大根煮 高野豆腐煮 フルーツ	チンジャオロースー 竹輪天 粉ふき芋 コールスローサラダ フルーツ	焼肉 春巻き 竹輪煮・角揚げ煮 めかぶパック 漬物・フルーツ
29 月 ごはん	30 火 おにぎり	 			
野菜肉巻き エビフライ マカロニソテー 胡瓜の酢の物 フルーツ	鶏のバーベキューソース焼き ハムステーキ 焼きそば 白菜煮浸し フルーツ				

☆食材仕入れの都合により多少変更することがございます。