

11月30日

牛乳、ご飯、沢煮椀、里芋コロッケ、のりあえ



11月29日

牛乳、ハヤシライス、鶏肉のハーブ焼き、キャベツのサラダ



11月28日

牛乳、おにぎり、五目うどん、さんまの照り焼き、おひたし



11月25日

牛乳、ご飯、鶏肉とコーンの炒め物、鯉のケチャップ煮、みかん



11月24日

牛乳、ご飯、ミネストローネ、白身魚フライ、ツナのマリネ



11月22日

牛乳、ご飯、八宝菜、鶏肉の唐揚げ、フルーツ白玉



11月21日

牛乳、ご飯、豚じゃが、卵焼き、きゅうりのごま塩和え



11月18日

牛乳、菜っ葉ごはん、五目煮、ししゃもの磯辺揚げ、炒り豆腐



11月17日

牛乳、秋野菜のカレーライス、焼きフルト、こんにゃく寒天のサラダ



11月16日

牛乳、栗ご飯、すまし汁、鯖の塩焼き、キャベツの炒め物



11月15日

牛乳、ご飯、わかめスープ、揚げ餃子、ナムル、ヨーグルト



11月14日

コーヒー牛乳、ご飯、コーンポタージュ、ハンバーグ、大根サラダ



11月11日

牛乳、ご飯、トックスープ、豚キムチ、蒸ししゅうまい



11月10日

飲むヨーグルト、ご飯、冬瓜のスープ煮、BBQチキン、ツナポテトサラダ



11月9日

牛乳、木ノ葉丼、あじの唐揚げ、ゆず和え



11月8日

牛乳、ご飯、豆腐の味噌汁、かぼちゃの天ぷら、人参しりしり



11月7日

牛乳、おにぎり、肉野菜炒め、しょうゆラーメン、型抜きチーズ



11月4日

牛乳、麻婆丼、春雨スープ、ごまだんご



11月1日

牛乳、ご飯、鶏すき、太刀魚の唐揚げ、ピリ辛きゅうり

