

11月29日

牛乳、ご飯、すき焼き、卵焼き、人参しりしり



11月28日

コーヒ牛乳、ご飯、カリフラワーのクリームシチュー、焼きフルト、チンゲンサイのソテー



11月27日

牛乳、ご飯、厚揚げの中華煮、太刀魚のピリ辛だれ、パンサンスー



11月26日

牛乳、ご飯、親子煮、ほっけの一夜干し、小松菜和え



11月25日

牛乳、ご飯、豆腐の味噌汁、豚肉の生姜揚げ、柚子和え



11月22日

牛乳、おにぎり、ペンネパスタ、蒸ししゅうまい、フルーツミックス



11月21日

牛乳、ご飯、キャベツの甘味噌炒め、鶏肉の唐揚げ、ミニトマト



11月20日

牛乳、ご飯、筑前煮、鰯の甘酢、ピリ辛胡瓜



11月19日

牛乳、キーマカレー、ハンバーグ、キャベツのサラダ



11月15日

牛乳、ご飯、すまし汁、秋刀魚のかば焼き風、ブロッコリーの辛し和え



11月14日

牛乳、マーボー丼、大学芋、春雨の和え物



11月13日

牛乳、コーンご飯、季節の味噌汁、きのこと鮭のバター醤油炒め、ひじきの煮物



11月12日

牛乳、ご飯、中華スープ、ユーリンチー、ナムル



11月11日

牛乳、ご飯、八宝菜、春巻き、杏仁豆腐



11月8日

牛乳、ご飯、河内のっぺ、焼きししゃも、れんこんチップス



11月7日

牛乳、玄米ご飯、野菜スープ、鶏肉のチーズ揚げ、しめじとほうれん草の炒め物



11月5日

飲むヨーグルト、ご飯、卵スープ、ポークチャップ、ツナサラダ



11月1日

牛乳、ご飯、豚じゃが、鯖の塩焼き、もやしの和え物

