

11月のこんだて



令和4年度

※献立は都合により、変更する場合があります。

10/31 (月)	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)
旬の食材を さが探してみよう!	ごはん 鶏肉のみそネーズ焼き キャベツのゆかり炒め わかめスープ 牛乳	根菜カレー 福神漬け ブロッコリーソテー はちみつレモンゼリー ジョア	文化の日	コッペパン マーマレードジャム 魚のカレーパン粉焼き 小松菜のソテー 豆乳スープ 牛乳
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)
コッペパン 焼きそば ポトフ 牛乳 やきそばパン にして食べてね!	ごはん 肉団子の甘酢あん 中華炒め 五目スープ 牛乳	麦ごはん 煮魚(さば) キャベツのおかか炒め わかめのみそ汁 牛乳	麦ごはん 回鍋肉 春雨スープ 牛乳	くりコッペ タンドリーチキン キャベツともやしのソテー コンソメスープ 牛乳
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)
バターリッチコッペ 白身魚フライ ほうれん草のソテー オニオンスープ 牛乳	ごはん 鶏肉のしょうが焼き じゃこ炒め じゃがいものみそ汁 牛乳	麦ごはん チンジャオロース ニラの中華スープ 牛乳	麦ごはん 焼き魚(ほっけ) 小松菜のごま炒め 鶏ごぼう汁 納豆 牛乳	黒糖コッペ 煮込みハンバーグ さつまいものシチュー 牛乳
21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)
食パン いちごジャム メンチカツ ツナとキャベツのソテー きのこのスープ 牛乳	ごはん かしわのじゅんじゅん チンゲン菜のみそ汁 牛乳	勤労感謝の日	麦ごはん 焼き魚(鮭) 小松菜のおかか炒め 豚汁 牛乳	みそラーメン しゅうまい ライチゼリー 牛乳
28 (月)	29 (火)	30 (水)	のマークが付いている日は学校で 収穫されたさつまいもを使用します。 11月24日は「いい日本食の日」で、 「和食の日」です。日本の伝統文化を 感じながらいただきます。	
レーズンコッペ 鶏肉のマーマレード焼き キャベツのマヨ炒め じゃがいものカレースープ 牛乳	中華丼 大学いも 牛乳	麦ごはん さばのみそ煮 チンゲン菜のごま炒め のっぺい汁 牛乳		