

11月^{がつ} きゅうしょくカレンダー



4日 (火)			豚肉 ^{ぶたにく} と野菜 ^{やさい} のいためもの、いわしのつみれ汁 ^{じる} 、 かぼちゃいろいろ	17日 (月)			◇ピリ辛 ^{からどんぶり} 丼、中華スープ、白桃 ^{はくとう} (かんづめ)
5日 (水)			あげギョーザ ^{ちゅうか} 、中華みそスープ、 れんこん ^{ちゅうか} の中華だれかけ	18日 (火)			ぎゅうにく ^{あまから} の甘辛焼き、なめこのみそ汁 ^{じる} 、 ほうれんそうのおひたし
6日 (木)			◆関東煮 ^{かんとう に} 、はくさいの甘酢あえ ^{あまず} 、みかん	19日 (水)			豚肉 ^{ぶたにく} と野菜 ^{やさい} のスープ煮 ^に 、変わりピザ、みかん
7日 (金)			ツナポテトオムレツ (ケチャップ)、スープ、 洋なし (かんづめ)	20日 (木)			えびフライカレーライス (えびフライ・カレー)、 カリフラワーのピクルス、まめ ^{まめ} こんぶ
10日 (月)			焼きししゃも ^{わふう} 、和風カレー汁 ^{じる} 、 ささみとこまつなのいためもの	21日 (金)			ウインナーときのこの和風スパゲッティ (きざみのり)、 焼きツナキャベツ、固形チーズ
11日 (火)			ビビンバ ^{びく} (肉・野菜)、わかめスープ、 ミニフィッシュ	25日 (火)			豚肉 ^{ぶたにく} のコチジャンいため、 鶏肉 ^{けいにく} とはるさめのスープ、きゅうりのナムル
12日 (水)			ほうれんそうのグラタン、てぼ豆 ^{まめ} のスープ煮 ^に 、 りんご	26日 (水)			さごしのごまじょうゆかけ、五目汁 ^{ごもくじる} 、大豆 ^{だいず} の煮もの ^に
13日 (木)			けいにく ^{けいにく} のおろしじょうゆかけ、うすくず汁 ^{じる} 、 きんぴらごぼう	27日 (木)			けいにく ^{けいにく} ときのこのシチュー、きゅうりのピクルス、 かき (富有柿 ^{ふゆうがき})
14日 (金)			しろみ ^{しろみ} ぎかな ^{ぎかな} フリッター、ミネストローネ、 ブロッコリーのサラダ	28日 (金)			いかてんぷら、五目汁 ^{ごもくじる} 、おかかな ^{おか} なっ葉 ^{なっ}

◆たまご^{たまご}の除去食^{じょきしょく} ◇だいず^{だいず}の除去食^{じょきしょく}