

がつぶん 11月分のこんだて

11月2日（月）～30日（月）

※予定ですのでかわることがあります。

月

火

水

木

金

2日

- ・ビビンバ
- ・牛乳
- ・わかめスープ
- ・ミニフィッシュ

3日



4日

- ・黒糖パン
- ・豚肉と野菜のスープ煮
- ・変わりピザ
- ・洋なし缶
- ・牛乳

5日

- ・ごはん
- ・いか天ぷら
- ・五目汁
- ・ツナ大豆そぼろ
- ・牛乳

6日

- ・おさつパン
- ・鶏肉ときのこのシチュー
- ・きゅうりのピクルス
- ・りんごのコンポート
- ・牛乳

9日

- ・ごはん
- ・焼きししゃも
- ・こまつなのいためもの
- ・焼きのり
- ・牛乳
- ・和風カレー汁

10日

- ・ごはん
- ・関東煮
- ・はくさいの甘酢あえ
- ・みかん
- ・牛乳

11日

- ・コッペパン
- ・いちごジャム
- ・まぐろのオーロラ煮
- ・ウインナーとキャベツのスープ
- ・ブロッコリーとコーンのサラダ
- ・牛乳

12日

- ・ごはん
- ・豚肉のコチジャンいため
- ・鶏肉と春雨のスープ
- ・きゅうりのナムル
- ・牛乳

13日

- ・ミニコッペパン
- ・焼きそば
- ・スライスチーズ
- ・いもけんぴフィッシュ
- ・牛乳
- ・えだまめ

16日

- ・ごはん
- ・さごしのごまじょうゆかけ
- ・みそ汁
- ・大豆の煮もの
- ・牛乳

17日

- ・ごはん
- ・鶏肉のゆず塩焼き
- ・なめこのみそ汁
- ・きんぴらごぼう
- ・牛乳

18日

- ・コッペパン
- ・マーガリン
- ・ほうれんそうのグラタン
- ・鶏肉とカリフラワーのスープ煮
- ・白桃ハーフ缶
- ・牛乳

19日

- ・えびフライカレーライス
- ・牛乳
- ・きゅうりとコーンのサラダ
- ・豆こんぶ

20日

- ・黒糖パン
- ・ツナポテトオムレツ
- ・スープ
- ・みかん
- ・牛乳

23日



24日

- ・ごはん
- ・豚肉と野菜のいためもの
- ・いわしのつみれ汁
- ・かぼちゃいろいろ
- ・牛乳

25日

- ・ごはん
- ・あかうおのゆずじょうゆかけ
- ・じゃがいもとあつあげの煮もの
- ・ほうれんそうのごまあえ
- ・牛乳

26日

- ・ミニコッペパン
- ・ウインナーときのこの和風スパゲッティ
- ・キャベツときゅうりのサラダ
- ・ソフト黒豆
- ・発酵乳
- ・牛乳

27日

- ・豚キムチ丼
- ・とうふのスープ
- ・だいこんのナムル
- ・黄桃缶
- ・牛乳

30日

- ・コッペパン
- ・あげギョーザ
- ・れんこんのオイスターソース焼き
- ・おさつチップス
- ・ブルーベリージャム
- ・中華みそスープ
- ・牛乳

