



# 11月のこんだて



				1 (金)
				ブチ丸オムレツ ケチャップかけ 春巻き 焼き南瓜 青菜お浸し 花しんじょう 枝豆 肉じゃが 黄桃
4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)
振替休日	ごはん カレーコロッケ 切干大根煮 肉じゃが煮 りんご	南瓜ひき肉フライ 蓮根フライ ブロッコリー 青菜マヨ和え キノコ野菜ソテー スパツナナポリタン みかん缶	ごはん 白身魚フライ ひじきと人参のツナマヨサラダ 蓮根の炒め煮 ピンク餅	鶏肉の揚げ煮 ゆで玉子旨煮 カニ風味蒲鉾 青菜お浸し 角あげ旨煮 シイタケ旨煮 野菜シェルサラダ パイ
11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)
ごはん 海老かつ 人参しりしりー 鶏と筍の煮物 よもぎ餅	ごはん ソースかつ 織キャベツ 里芋の海老あん たい焼き	イカ立田揚げ あんかけ シュウマイ 焼き南瓜 青菜人参お浸し 人参信田 真アジ入りミニハンバーグ 黄桃	ごはん 煮込みハンバーグ じゃが芋のシャリシャリ炒め 大根のポトフ風 マンゴープリン	銀ヒラス味噌漬け ブロッコリー 蓮根かか煮 ポークソーセージ天 里芋ごま絡め ケッチャップ煮 人参と枝豆の摘み揚げ りんご
18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)
ツナごはん 豚肉の生姜焼き 大根のナポリタンサラダ 里芋のそぼろ煮 チェリー	ごはん ウィンナーポテトフライ チンジャオロース 南瓜の旨煮 ワッフル	カニクリームコロッケ おたふくソース ちくわフライ 枝豆 キャベツ人参炒め ミニ醤油チキン 蓮根から揚げ 切干青菜のごま和え オレンジ	わかめごはん 牛焼き肉 サーモンフライ ウィンナーケッチャップ炒め パイ缶	鶏肉から揚げ あか小玉旨煮 青のり入り出汁巻き玉子 青菜お浸し 麻婆豆腐 キャベツゆかり和え フルーツゼリー
25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)
ごはん 目玉焼き風フライ ごぼうと枝豆のサラダ ミートなす 中華ポテト	ごはん 蟹クリークコロッケ ツナサラダ 揚げじゃが煮 中華ごま団子	鶏肉マーマレード焼き 人参甘煮 さつまいもフライ 青菜ソテー ピンク合わせ豆腐旨煮 ハムステーキ ミニペンネサラダ りんご	ごはん インディアンハンバーグ 大根貝割れサラダ 茄子と枝豆の醤油煮 みかん缶	すき焼き風煮 ゆで玉子旨煮 里芋旨煮 カニ風味シュウマイ ブロッコリー オレンジ