

令和4年11月 こんだて写真

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	1日	2日	3日	4日
			文化の日	
	①食パン ②牛乳 ③野菜スープ煮 ④鯛のアングレース ⑤メイプルジャム	①麦ごはん ②牛乳 ③五目汁 ④豚キムチ丼 ⑤みかん		①さつまいもごはん ②牛乳 ③八宝菜 ④小松菜のアーモンドあえ ⑤ヨーグルト
7日	8日	9日	10日	11日
				
①麦ごはん ②牛乳 ③わかめスープ ④ピピンバ ⑤みかん	①食パン ②牛乳 ③和風スパゲティ ④ごぼうとナッツのサラダ	①さつまいもごはん ②牛乳 ③凍り豆腐の煮物 ④さばのごま焼き	①さつまいもごはん ②牛乳 ③厚揚げの甘酢あん ④青菜と雑穀のナムル	①ひじきごはん ②牛乳 ③豚汁 ④れんこんいため ⑤黒糖ビーンズ
14日	15日	16日	17日	18日
				
①麦ごはん ②牛乳 ③親子丼 ④五目さんぴら	①コッペパン ②牛乳 ③ポトフ ④孫はやさしいサラダ ⑤チョコジャム	①麦ごはん ②牛乳 ③ちゃんこ ④昆布とレンコンのごまみそいため	①さつまいもごはん ②牛乳 ③地元野菜のみそ汁 ④サイコロステーキ ⑤みかん	①さつまいもごはん ②牛乳 ③みそ煮込み ④かつおとキャベツのいためもの
21日	22日	23日	24日	25日
		勤労感謝の日		
①さつまいもごはん ②牛乳 ③豚じゃが ④甘酢あえ	①黒糖パン ②牛乳 ③さつまいもシチュー ④海藻サラダ		①さつまいもごはん ②牛乳 ③みそ汁 ④鮭のもみじ焼き ⑤みかん	①きびごはん ②牛乳 ③ポークエッグカレー ④レモン風味サラダ
28日	29日	30日	1日	2日
				
①さつまいもごはん ②牛乳 ③姿をかえる大豆汁 ④ししゃも磯の香フライ ⑤三色あえ	①ミルクパン ②牛乳 ③煮込みうどん ④さつまいものサラダ	①さつまいもごはん ②牛乳 ③すき焼き ④小松菜ソテー		