







1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
		文化の日 		
米飯 メンチカツ トンカツソース(小袋) ポン酢和え 大和煮 みかん缶 味噌汁 牛乳	米飯 鶏肉のトマトソース煮 ブロッコリー ごまサラダ ジャーマンポテト スープ 牛乳		米飯 鮭のゆうあん焼き ごま和え 吹寄せ煮 みつ豆 豚丼 牛乳	米飯 マーボー豆腐 中華サラダ 蒸ししゅうまい 中華スープ 牛乳

8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
				
米飯 豆腐ハンバーグの照り焼きソース ブロッコリー ミルクココア ひじき煮 ゆず和え 味噌汁 牛乳	竹輪の南部揚げ 野菜炒め おにぎり 肉うどん 牛乳	米飯 チキン南蛮 タルタルソース(小袋) ポイルキャベツ カットコーン 春雨サラダ バレンシアオレンジ 卵スープ 牛乳	米飯 回鍋肉 中華煮 フルーツ杏仁 中華スープ 牛乳	米飯 白身魚フライ ソース(小袋) もやしソテー コールスローサラダ りんご カレーライス 牛乳

15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
				
米飯 野菜と肉団子の煮物 れんこんサラダ オムレツ スープ 牛乳	米飯 豚の生姜炒め ポイルキャベツ 高野豆腐と野菜の煮物 わらび餅(きなこ) 味噌汁 牛乳	米飯 鯖の塩焼き お浸し 卵とじ パイナップル缶 味噌汁 牛乳	さつまいもパン ハンバーグ ケチャップ(小袋) ナポリタン ツナサラダ キャンディチーズ コンソメスープ 牛乳	米飯 白身魚の磯辺揚げ ごま和え ごぼうの炒めサラダ みかん 味噌汁 牛乳

22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
	勤労感謝の日 			
米飯 揚げギョーザ ナムル 玉ねぎとウインナーのチリソース 白玉団子のきなこがけ わかめスープ 牛乳		わかめご飯 鱈の照り焼き 白和え かぼちゃのそぼろ煮 みかん すまし汁 牛乳	米飯 スタミナ炒め 海藻サラダ キュウちゃん漬け 味噌汁 牛乳	うずまきパン イカリングフライ 野菜炒め キャベツとツナのサラダ チョコレートジャム かぼちゃポタージュ 牛乳

29日(月)	30日(火)
	
米飯 とんかつ トンカツソース(小袋) ポテトサラダ 切干大根煮 じゃこ炒め 味噌汁 牛乳	米飯 鮭のゆうあん焼き ゆかり和え 金平牛蒡 さつま芋のだし煮 かき玉汁 牛乳

令和3年 11月の献立



11月24日は『和食の日』、
だしを使った和食献立ができました。