11月 こんだて

ブログでも
確認してね！



曜日	日付			昼食	材料名	おやつ	材料名
月	2	16		チキンCFカツ フレッシュサラダ 味噌汁 ごはん	鶏肉・小麦粉・玉子・コーンフレーク レタス・キャベツ・コーン・岩塩・ごま油 小松菜・榎茸・味噌・鰹節・煮干し	大学いも 牛乳	さつまいも・砂糖・醤油 みりん・黒ゴマ
火		17		大根と豚肉の甘辛炒め マカロニサラダ 味噌汁 ごはん	豚肉・大根・にんじん・しめじ・こんにゃく きゅうり・マカロニ・竹輪・コーン・青のり・マヨネーズ 油揚げ・ワカメ・味噌・煮干し・鰹節	かっぱ巻き 牛乳	ごはん・きゅうり 焼きのり・白ごま
水	4	18		かぼちゃのグラタン ブロッコリーサラダ 味噌汁 ごはん	かぼちゃ・玉葱・ベーコン・薄力粉・牛乳・チーズ・パセリ ブロッコリー・榎茸・コーン・かに蒲鉾・ごま・ごま油 大根・長葱・味噌・鰹節・煮干し	アメリカンワッフル 牛乳	小麦粉・玉子・バター・砂糖 牛乳・サラダ油・ベーキングパウダー
木	5	19		麻婆豆腐 大根サラダ きのこスープ ごはん	豆腐・牛豚挽肉・長ネギ・玉葱・生姜・片栗粉 大根・きゅうり・竹輪・青のり・マヨネーズ エリンギ・しめじ・榎茸・パセリ	お好み焼き 牛乳	キャベツ・小エビ・小麦粉 玉子・青のり・鰹節
金	6	20		カレーライス もやしナムル フルーツヨーグルト	豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・ごはん もやし・きゅうり・かに蒲鉾・ごま油 ヨーグルト・バナナ	さつまいもスティック 牛乳	さつまいも・食塩・片栗粉 砂糖
土	7	21		春巻き きゅうりとワカメのサラダ 味噌汁 ごはん	春雨・筍・豚肉・エリンギ・人参・しいたけ・片栗粉・春巻き皮 きゅうり・わかめ・コーン・岩塩・ごま油 茄子・油揚げ・味噌・鰹節・煮干し	パウンドケーキ 牛乳	バター・砂糖・小麦粉 玉子・バニラエッセンス
月	9		30	鶏のから揚げ コールスローサラダ 味噌汁 ごはん	鶏肉・生姜・にんにく・小麦粉・片栗粉 キャベツ・きゅうり・魚肉ソーセージ・マヨネーズ 長葱・舞茸・味噌・鰹節・煮干し	ハムサンド 牛乳	食パン・ロースハム マーガリン
火	10	24		五目きんぴら マカロニサラダ 味噌汁 ごはん	ごぼう・人参・豚肉・しいたけ・こんにゃく・白ごま きゅうり・マカロニ・竹輪・コーン・青のり・マヨネーズ 焼き麸・榎茸・味噌・鰹節・煮干し	たい焼き 牛乳	小麦粉・小豆・玉子 ベーキングパウダー・砂糖
水	11	25		お肉屋さん風コロッケ もやしサラダ 味噌汁 ごはん	じゃがいも・牛豚挽肉・玉葱・人参・小麦粉・玉子・パン粉 もやし・きゅうり・かに蒲鉾・焼き海苔・岩塩 小松菜・しめじ・味噌・煮干し・鰹節	五平餅 牛乳	ごはん・胡麻・砂糖 味噌・醤油
木	12	26		中華春雨 ポテトサラダ 味噌汁 ごはん	キャベツ・豚肉・しいたけ・人参・しめじ、たけのこ・春雨・パセリ じゃがいも・きゅうり・にんじん・コーン・青のり・マヨネーズ 長葱・豆腐・味噌・鰹節・煮干し	牛乳寒天 牛乳	牛乳・砂糖・寒天 みかん
金	13	27		ビーフシチュー キャベツのゴマ塩サラダ フルーツヨーグルト ごはん	牛肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ キャベツ・コーン・かに蒲鉾・ごま油・すりごま・岩塩 ヨーグルト・バナナ	アメリカンドッグ 牛乳	ウィンナー・小麦粉・玉子 砂糖・牛乳・ベーキングパウダー
土	14			バースデーハンバーグ にんじんシリシリ 味噌汁 ごはん	牛豚挽肉・玉葱・パン粉・牛乳・玉子 人参・玉子・白ごま・ごま油 ほうれん草・榎茸・味噌・鰹節・煮干し	バースデープリン 牛乳	じゃがいも・食塩 片栗粉
		28		ポークチャップ 玉子サラダ 味噌汁 ごはん	豚肉・玉葱・しめじ・エリンギ・トマト・パセリ マカロニ・玉子・コーン・竹輪・きゅうり・パセリ・マヨネーズ 長葱・榎茸・味噌・鰹節・煮干し	分厚いパンケーキ 牛乳	小麦粉・砂糖・牛乳 ベーキングパウダー

★行事、その他都合により変更することがございます。