

# 11月 献立もいっつけ表

月	火	水	木	金
	<b>1日</b> のりをまぜてね 磯香あえ ゼリーフライ ごはん 高野豆腐の煮物	<b>2日</b> 中華サラダ 鮭のごまマヨネーズ焼き コーンチャーハン チンゲンサイのスープ	<b>3日</b> 11月3日  <b>文化の日</b>	<b>4日</b> ゴマとツナをまぜてね ビーンズサラダ メキシコ風ピラフ ソース
<b>7日</b> ゴマをまぜてね ナムル 餃子フライ ごはん マーボー豆腐	<b>8日</b> アーモンドをまぜてね アーモンド和え 豚肉の塩麴焼き ごはん 秋の香りごはん みそ汁	<b>9日</b> 切り干し大根の和え物 さばのみそ焼き ごはん イカと里芋の煮物	<b>10日</b> 中華めん キャラメルポテト もやしそば 小松菜とキャベツのソテー 彩の国肉まん	<b>11日</b> ジャコをまぜてね 福神漬 鉄骨サラダ カレーライス
<b>14日</b>  <b>県民の日</b>	<b>15日</b> 大根サラダ ハンバーグ ごま酢あえ ブロッコリーのホワイトシチュー 子どもパン わかめごはん みそ汁 <b>食育の日の献立</b>	<b>16日</b> ごまをまぜてね ごま酢あえ 鶏肉のから揚げ わかめごはん みそ汁	<b>17日</b> かんぴょうの和え物 ほっけの塩焼き ごはん 磯煮	<b>18日</b> ゴーンサラダ ポテトオムレツ ジャンバラヤ 野菜スープ
<b>21日</b> あさりの佃煮 豊春中卵焼き イカスティック 彩の国納豆 ごはん のり けんちん汁	<b>22日</b> ジャコをまぜてね ハヤシライス 青菜とじゃこのサラダ ごはん みそキムチスープ	<b>23日</b>  <b>勤労感謝の日</b>	<b>24日</b> 肉みそとのりをまぜてね 肉みそサラダ ピザトースト 彩の国ポトフ	<b>25日</b> ビビンバ(肉・野菜) ごはん みそキムチスープ
<b>28日</b> 華風和え ぶりの照り焼き 大根めし のっぺい汁	<b>29日</b> くるみをまぜてね 茶飯おにぎり 煮ぼうとう ソフトカレーの竜田揚げ	<b>30日</b> ミックスポテト 二色揚げパン 肉団子スープ	<b>&lt;地場産物を使った料理&gt;</b> <b>ブロッコリーのホワイトシチュー</b> 15日(火)にでます。 	