

令和 4 年度 11 月実施献立

☆今月のめあて… 感謝して食べよう

		11月1日(火)	11月2日(水)	11月3日(木)	11月4日(金)
					
		読書週間献立③			
主食		主食	プリンセスかおりご飯	主食	ご飯
主菜		主菜	白身魚の香草チーズパン粉焼き	主菜	ぎょうざ
副菜		副菜	八頭の実りカレー 大根サラダ	副菜	コーンたまごスープ 中華サラダ
その他		その他		その他	
11月7日(月)		11月8日(火)		11月9日(水)	
					
		読書週間献立④ カミカミ献立		日本全国イッテQ食 (岩手県)	
				読書週間献立⑤	
主食	ご飯	主食	ゆかりご飯	主食	ご飯
主菜	豚肉の カレー炒め	主菜	コロッケ	主菜	豆腐田楽
副菜	大根のみそ汁 ごま和え	副菜	肉団子スープ ビーンズサラダ	副菜	ひつつみ汁 三陸わかめの酢の物
その他		その他		その他	
11月14日(月)		11月15日(火)		11月16日(水)	
					
本田寛さん献立					
				我が家の自慢料理大賞献立・カミカミ献立	
主食	ご飯	主食	すき焼きご飯	主食	ご飯
主菜	ちくわ望遠鏡照り焼き	主菜	焼き栗コロッケ	主菜	いわしの 梅煮
副菜	彗星のすまし汁 ヤーコンと白きくらげの きんぴら	副菜	ゆばのすまし汁 彩りなます	副菜	さといものみそ汁 大根の甘辛煮
その他		その他		その他	
				読書週間献立⑤	
主食	ご飯	主食	大山小麦 コッペパン	主食	八穀ご飯
主菜		主菜	鶏肉とさつまいもの ミックス揚げ	主菜	さばの白ねぎだれ
副菜		副菜	かぼちゃのポタージュ グリーンサラダ	副菜	豚肉のスタミナスープ 三色和え
その他		その他		その他	

11月21日(月)		11月22日(火)		11月23日(水)		11月24日(木)		11月25日(金)	
									
郡家西小研修部おすすめ献立		郡家東小おすすめ献立							
主食	ご飯	主食	ご飯	主食		主食	大山小麦小型コッペパン	主食	ご飯
主菜	ミートローフ	主菜	キングブーステーキ	主菜		主菜	厚焼きたまご	主菜	かぼちゃコロッケ
副菜	わかめのすまし汁 切干大根の含め煮	副菜	天美卵かきたま汁 八東りんごサラダ	副菜		副菜	豚汁うどん ひじボテサラダ	副菜	ABCスープ 納豆サラダ
その他		その他		その他		その他		その他	柿
11月28日(月)		11月29日(火)		11月30日(水)					
									
				カミカミ献立					
主食		主食		主食	ご飯	主食		主食	
主菜		主菜		主菜	かみかみ炒め	主菜		主菜	
副菜		副菜		副菜	かぶのみそ汁 のり酢和え	副菜		副菜	
その他		その他		その他		その他		その他	