

令和 3 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(月)		11月2日(火)		11月3日(水)		11月4日(木)		11月5日(金)	
									
読書週間献立④						読書週間献立⑤			
主食	ごんからの贈り物ご飯	主食	ご飯	主食		主食	まっくろくろすけパン	主食	ご飯
主菜	沖ぶりの照り焼き	主菜	揚げ出し豆腐の生姜あんかけ	主菜		主菜	フランクフルト	主菜	鯖の塩こうじ焼き
副菜	おおきなかぶのお汁 わかめの酢の物	副菜	白菜のかす汁 ヤーコンのきんぴら	副菜		副菜	湯婆婆のスープ ツナごぼうサラダ	副菜	さつまい おからの牛乳煮
その他		その他		その他		その他	西条柿	その他	
11月8日(月)		11月9日(火)		11月10日(水)		11月11日(木)		11月12日(金)	
									
カミカミ献立		読書週間献立⑥		日本全国イッテQ食(愛知県)				本田実さん献	
主食	ご飯	主食	ご飯	主食	天むす(ご飯)	主食	ツイストパン	主食	星空舞ご飯
主菜	さんまのかぼすレモン煮	主菜	焼き栗 コロツケ	主菜	天むすの具(えびフリッター)	主菜	若鶏のマーメレード焼き	主菜	ちくわ望遠鏡のかば焼き
副菜	里芋の味噌汁 牛ごぼう	副菜	カニ汁 肉と野菜のはちみつ炒め	副菜	赤だし 切干大根のごま和え	副菜	バターナッツかぼちゃのポタージュ タコ入りマリネ	副菜	彗星のお汁 八東のりんごサラダ
その他		その他	富有柿	その他		その他		その他	
11月15日(月)		11月16日(火)		11月17日(水)		11月18日(木)		11月19日(金)	
									
						カミカミ献立		我が家の自慢料理大賞献立・食育の日	
主食	ご飯	主食	麦ご飯	主食	ご飯	主食	米粉パン	主食	ご飯
主菜	あじの甘酢煮	主菜	牛肉炒め (ピピンバの具)	主菜	はたはたの唐揚げ	主菜	鶏肉とレバーのアーモンドがらめ	主菜	焼きぎょうざ
副菜	なめこ汁 ヤーコンサラダ	副菜	ワンタンスープ ほうれん草のナムル(ピピンバの具)	副菜	豆乳味噌汁 里芋と鹿肉のそぼろ煮	副菜	コンソメスープ らっきょうサラダ	副菜	春雨スープ キクラゲと玉子のムーシーロー
その他		その他		その他		その他	りんご	その他	

11月22日(月)		11月23日(火)		11月24日(水)		11月25日(木)		11月26日(金)	
									
主食	ゆかりごはん	主食		主食	ご飯	主食	小型コッペパン	主食	五穀入りごはん
主菜	キャベツメンチカツ	主菜		主菜	信田煮	主菜	若鶏肉の唐揚げ	主菜	ほうれん草オムレツ
副菜	豆腐竹輪のすまし汁 茎わかめサラダ	副菜		副菜	いわし団子汁 のり酢和え	副菜	塩ラーメン 海藻サラダ	副菜	秋のおいもカレー じゃこサラダ
その他		その他		その他		その他		その他	
11月29日(月)		11月30日(火)							
									
主食	プリンセスかおりピラフ	主食	ご飯	主食		主食		主食	
主菜	豆乳と米粉のポテトカップグラタン	主菜	さばの香味だれ	主菜		主菜		主菜	
副菜	マカロニスープ ブロッコリーサラダ	副菜	肉味噌おでん もやしのおかか和え	副菜		副菜		副菜	
その他		その他		その他		その他		その他	