

# 11月献立表

栄養満点のご飯を提供させていただきます。11月からフルメニュー(ごはん、汁、メイン、小鉢)は土日祝限定になります。※昼食、おやつは18時までの完全予約制となります。※特定原材料8品目(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば、くるみ)を完全除去しております。お待ちしております☺

昼食 11:30～12:30 開始  
おやつ 14:30～15:30 開始

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1	2
						ごはん 豆腐と大根のみそ汁 たらの甘辛竜田揚げ かぼちゃの煮物 おやつ：きなこおはぎ
3	4	5	6	7	8	9
ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 鮭じゃが 大学芋 おやつ：焼き芋	ごはん 里芋と豆腐のすまし汁 鮭のみそ漬け じゃがいもナゲット おやつ：ポンおこし					ごはん 舞茸と里芋のすまし汁 たらの米粉からあげ ほうれん草のツナ和え おやつ：きなこおはぎ
10	11	12	13	14	15	16
きのこの炊き込みご飯 玉ねぎとじゃがいものみそ汁 たらの唐揚げ おやき おやつ：焼き芋						ごはん 玉ねぎとじゃがいものスープ たらのおろしあんかけ しめじの胡麻和え おやつ：ポンおこし
17	18	19	20	21	22	23
鮭わかめごはん 大根と里芋のみそ汁 豆腐ハンバーグ 野菜の竜田揚げ おやつ：焼き芋						ごはん しめじと舞茸のみそ汁 鮭の竜田揚げ じゃがいもの海苔和え おやつ：きなこおはぎ
24	25	26	27	28	29	30
ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 鮭のホイル蒸し れんこんと人参のきんぴら おやつ：ポンおこし						ごはん きのこのみそ汁 鮭のちゃんちゃん焼き じゃがいもナゲット おやつ：焼き芋