



11月

配膳表

表



月	火	水	木	金
1  はくさいのおかかあえ  ごはん やきにくソテー	2 だしまきたまご  たきこみごはん じゃがいものみそしる	3  文化の日	4 キャベツのちゅうかふうサラダ  ごはん ぶたキムチ	5 ゆでブロッコリーてりやきチキン  ごはん じゃがもちポールとやさいのスープ
8  ポークしゅうまい  キムタクごはん ごもくちゅうかスープ	9  ハモのあおのり  ごはん なめこのみそしる	10 かぼちゃサラダ  しよくパン チンゲンサイのクリームに	11 グリーンサラダ  ごはん ハヤシライス	12 もやしのナムル  ごはん マーボー豆腐
15  ハンバーグのきのこソース  ごはん たまごとポテトのスープ	16 さばのゆずみそにゆかりあえ  むぎごはん さつまじる	17  パンバンジーサラダ  さらうどんめん さらうどんのぐ こくとうロール	18 あわおどりのすだちソース  ごはん こんさいじる	19  エッグミート  ごはん やさいスープ
22 ★オリエンテーリング★  のりずあえ  ごはん おでんに	23  勤労感謝の日	24 ★オリエンテーリング予備日★ キャベツのマリネ  ロールパン ミートスパゲティ	25  はんぺんのあじつけのりピザふうやき  ごはん はるさめスープ	26 チンゲンサイのナムル  ごはん プルコギ
29 てっこつサラダ  ごはん とうふのカレーに	30  さげのこうようやき  ごはん すましじる	11/8 いい歯の日  <p>「い(1)い(1)歯(8)」の語呂合わせから、1993年に日本歯科医師会によって定められた記念日です。やわらかいものばかりでなく、かみごたえのある食べ物を食事に取り入れ、よくかんで食べる習慣をつけましょう。</p>		