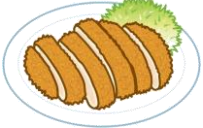
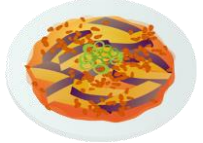
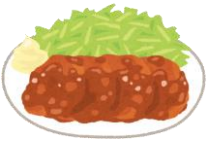
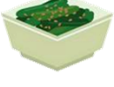


11月 献立表

月	火	水	木	金	土
				1日	2日
				にんじんだいこん きんぴら うまいなの わさびじゃゆあえ   あかうおのみりんやき  ごはん みそしる  	おやすみ
4日	5日	6日	7日	8日	9日
おやすみ	レンコン とさに わけぎの ぬたあえ   にくだんごとはるさめいため  ごはん ちゅうかスープ  	がんものにも じゃがいも いそあえ   おやかどん  みそしる 	こんにゃく いりに キャベツサラダ   かれいのおろしに  ごはん みそしる  	ひじきと だいずのいりに だいこんサラダ   とんかつ  ごはん みそしる  	おやすみ
11日	12日	13日	14日	15日	16日
おやすみ	ちくわの いそべあげ こまつなの あえもの   けんちんうどん  ごはん 	こうやどうふの にも なすのしょうが あえ   とりのてりやき  ごはん みそしる  	やさいサラダ  カレーライス  いちごゼリー 	うまいなと あげのにびたし ポテトサラダ   マーボナス  ごはん ちゅうかスープ  	カリフラワー ソテー キャベツの サラダ   オープンオムレツ  ごはん コンソメスープ  
18日	19日	20日	21日	22日	23日
ほうれんそう ソテー にんじんの コールスロー   スパゲティミートソース  コンソメスープ 	しゅうまい こまつなの おひたし   はっばうさい  ごはん ちゅうかスープ  	うすあげこんぶ にも じゃがいも そらめサラダ   とりにくのバーベキューグリル  ごはん みそしる  	ナスの トマトに キャベツの あえもの   アジのバジルオイルやき  ごはん コンソメスープ  	しろなの いためもの だいこんマリネ   とりのてんぷら  きのこごはん とんじる  	ひじきのいりに オクラの あえもの   すきやきふう  ごはん みそしる  
25日	26日	27日	28日	29日	30日
ごったに ちくわサラダ   ホイコーロー  ごはん ちゅうかスープ  	わかたけに だいこんの あえもの   さらうどん  ごはん みそしる  	じゃがいもの ようふうに はくさいの とさあえ   エビフライと しろみフライ  ごはん みそしる  	こんにゃく にも こまつなの おひたし   ふたにくの しょうがやき  ごはん みそしる  	キャベツの コンソメに カリフラワーの サラダ   ハヤシライス  おやすみ	おやすみ