



11月		午後のおやつ
1	日	
2	月	軟飯・鶏そぼろ・わかめとしらすのサラダ・みそ汁・ヨーグルト
3	火	文化の日
4	水	鶏肉のフォー・野菜和え・フルーツ
5	木	軟飯・煮魚・チンゲン菜の和えもの・みそ汁・ゼリー
6	金	軟飯・肉じゃが・即席漬け・みそ汁・フルーツ
7	土	わかめうどん・粉ふき芋・フルーツ
8	日	
9	月	軟飯・鶏肉の煮物・サラダ・スープ・ゼリー
10	火	軟飯・鶏肉の味噌焼き・野菜和え・すまし汁・フルーツ
11	水	食パン・ポークチャップ・ポテトサラダ・スープ・ヨーグルト
12	木	軟飯・筑前煮・きゅうりの浅漬け・みそ汁・フルーツ
13	金	軟飯・鮭の味噌煮・ごぼうサラダ・すまし汁・フルーツ
14	土	きつねうどん・かぼちゃ煮・ヨーグルト
15	日	
16	月	軟飯・肉じゃが・サラダ・スープ・ゼリー
17	火	軟飯・カレイ大根・ほうれん草とにんじんの白あえ・みそ汁・フル
18	水	うどん・いそあえ・フルーツ
19	木	軟飯・鶏肉の煮物・コロコロサラダ・スープ・フルーツ
20	金	軟飯・鮭の塩麴焼き・ゆでカリフラワー・どさんこ汁・フルーツヨ
21	土	肉うどん・さつまいもの塩バター和え・ゼリー
22	日	
23	月	勤労感謝の日
24	火	軟飯・豚肉の煮物・おひたし・みそ汁・ゼリー
25	水	食パン・ハンバーグ・サラダ・スープ・ヨーグルト
26	木	軟飯・煮魚・ごま和え・すまし汁・フルーツ
27	金	軟飯・鶏肉の煮物・塩昆布サラダ・みそ汁・フルーツ
28	土	たぬきうどん・じゃがいもの煮物・フルーツ
29	日	
30	月	軟飯・納豆・五目きんぴら・みそ汁・フルーツ

