2023年　11　月　　きゅうしょく献立表

げつようび		かようび		すいようび		もくようび		きんようび	
				1		2		3	文化の日
							鮭塩焼き かぼちゃの煮物 ふりかけごはん・みそ汁 フルーツ		
6		7		8	お散歩会	9		10	
	ししゃも 里芋煮っころがし 納豆・ごはん みそ汁・フルーツ		チャーハン 焼売 スープ・フルーツ				チキンピカタ 三色煮 わかめごはん・みそ汁 フルーツ		スパゲティミートソース さつまいもサラダ フルーツ
13		14	県民の日	15	お散歩会	16		17	
	炊き込みごはん 竹輪の磯辺揚げ みそ汁・フルーツ						鶏肉と大根の煮物 キャベツのじゃこ炒め ごはん・みそ汁 フルーツ		ハンバーグ マカロニサラダ ごはん・みそ汁 フルーツ
20		21		22	あかちゃん食堂	23	勤労感謝の日	24	【こども食堂】
	ミネストローネ ポテトフライ パン・フルーツ		魚フライ 青菜ごま和え 納豆・ごはん みそ汁・フルーツ		肉じゃが 青菜ごま和え じゃこごはん・みそ汁				カレーライス サラダ フルーツ
27		28		29	あかちゃん食堂	30			
	から揚げ ブロッコリーサラダ ごはん・みそ汁 フルーツ		麻婆豆腐 もやし炒め ごはん・スープ フルーツ		けんちんうどん さつま芋甘煮		鶏の照り焼き ブロッコリーおかか和え ごはん・みそ汁 フルーツ		