



# 11月 料理メニュー



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		坦々ご飯 ～豆乳スープ添え～ ツナときゅうりの和え物	クロックムッシュ チキン入りミネストローネ	文化の日	
6	7	8 	9	10	11
秋野菜カレー グリーンサラダ	ご飯 鮭の野菜あんかけ 里芋とねぎのみそ汁	お楽しみメニュー	海鮮焼きそば かぼちゃとさつまいもの サラダ	揚げパン(きなこ) カレービーンズチャウダー りんごのヨーグルト和え	
13	14	15	16	17	18
ご飯 韓国風肉豆腐 ナムル	ひき肉の焼きうどん れんこんと小松菜の梅和え	フレンチトースト 具たくさんコーンスープ	炊き込みご飯 筑前煮 フルーツ	チリコンカンライス アボカドと豆腐のサラダ	
20	21	22	23	24	25
キノコとベーコンの 和風パスタ ブロッコリーのツナ和え	ピザトースト コンソメスープ フルーチェ	ご飯 豚大根 豆腐となめこの味噌汁	勤労感謝の日	三色丼 牛だしスープ	
27	28 	29	30		
中華丼 わかめの卵スープ りんご	お誕生日メニュー	十六穀米 鯖の塩焼き レタスとカニカマのサラダ さつまいもの味噌汁	ご飯 にらと卵の炒め物 具沢山豚汁	11月3日、23日は 祝日のためお休みです。 	