11月の予定献立

月	火	水	木	金
				1日 ご飯：精白米 スープ：ほうれん草、ロースハム、コーン 黒酢酢豚：豚肉、さつま芋、竹の子、人参、玉葱、椎茸、ピーマン、赤・黄パプリカ 中華和え：青梗菜、もやし、木耳、かに蒲鉾　※中華ドレッシング
4日 文化の日（振替休日）	**5日** 豚骨ラーメン：中華麺、チャーシュー、鶏卵、ほうれん草、木耳、紅生姜、万能葱 もやしのピリ辛和え：もやし、小松菜、人参、ぜんまい、唐辛子 果物：キウイ	**6日** オンライン授業	**7日** パン：バターロール、ソフトレーズン スープ：白しめじ、玉ねぎ、コーン、枝豆 ポークソテー～ハニーマスタードソース～：豚肉／付：ボイルポテト、人参グラッセ リーフレタスのサラダ：リーフレタス、レタス、ミニトマト　※ドレッシング	**8日** ご飯：精白米 具沢山汁：大根、さつま芋、ごぼう、木綿豆腐、突きこんにゃく、長葱 鮭フライ：鮭／キャベツ、紫キャベツ　※中濃ソース、マヨネーズ、ドレッシング ひじきの五目煮：ひじき、大豆、さつま揚げ、人参、レンコン、インゲン
11日 ハンバーガー（照焼き風orトマトソース）：バンズ、牛豚合挽肉、鶏卵、トマト、サニーレタス、玉ねぎ、※マヨネーズp／スライスチーズ／付：フライドポテト 飲み物：牛乳 コールスローサラダ：キャベツ、人参、コーン、ハム　※コールスロードレッシング デザート：オレンジゼリー	**12日** ご飯：精白米 オクラのスープ：オクラ、干椎茸、白ごま 豚肉ときのこのキムチ炒め：豚肉、もやし、玉葱、白菜(切)、キムチ、竹の子、しめじ、エリンギ、ニラ しらす入りナムル：青梗菜、人参、木耳、しらす	**13日** オンライン授業	**14日** 麦ご飯：精白米、押麦 みそ汁：庄内麩、磯のり、大根菜 チキン南蛮：鶏肉、サラダ菜／手作りタルタルソース（玉ねぎ、鶏卵、ピクルス、パセリ） 和風大根サラダ：大根、つま人参、水菜、削り節　※ドレッシング	**15日** ミートソーススパゲッティ：スパゲッティ、牛豚挽肉、人参、玉葱、セロリ、茄子、粉チーズ、パセリ スープ：かぶ、しめじ、インゲン ロメインレタスのサラダ：ロメインレタス、サニーレタス、ラディッシュ　※ドレッシング デザート：スイートポテト
18日 ご飯：精白米 野菜たっぷり汁：絹豆腐、ほうれん草、玉ねぎ、干椎茸、突きこんにゃく、長ねぎ 鯖の味噌煮：鯖／付：しし唐 切り昆布の炒め煮：切り昆布、豚挽肉、人参、ごぼう、枝豆 季節の果物：柿	**19日≪シェフメニュー≫** メニューは当日のお楽しみ☺★ 	**20日** オンライン授業	**21日** メロンパン：メロンパン さつまいもシチュー：鶏肉、さつまいも、玉葱、人参、マッシュルーム、ブロッコリー ほうれん草のサラダ：サラダほうれん草、トレビス、フライドクルトン　※ドレッシング 飲み物：野菜ジュース	**22日** しらすと桜エビのチャーハン：精白米、しらす、桜エビ、ホタテ、鶏卵、チャーシュー、万能ねぎ、紅生姜 中華スープ：小松菜、メンマ、コーン キノコとツナの中華和え：しめじ、白舞茸、えのき、ツナ、ミニトマト、サラダ菜 ナタデココとマンゴーのヨーグルト：ヨーグルト、ナタデココ、マンゴー
25日 もち麦ご飯：精白米、もち麦 春雨スープ：春雨、木耳、オクラ 豚肉のオイスターソース炒め：豚肉、キャベツ、玉葱、竹の子、ピーマン、人参 もやしと青梗菜の和え物：もやし、青梗菜、錦糸卵　※中華ドレッシング	**26日** 牛しぐれうどん：うどん、牛肉、玉葱、人参、しめじ、生姜、小松菜、長葱　※一味・七味 白菜のゆかり和え：白菜、大根葉、ゆかり ミニたい焼き：ミニたい焼き（あんこ）	**27日** オンライン授業	**28日≪こども園メニュー≫** ご飯：精白米 青梗菜となるとのスープ：青梗菜、なると、白ごま カレイの野菜あんかけ：カレイ、玉葱、人参、竹の子、木耳、かいわれ大根 キャベツと塩昆布のナムル：キャベツ、しめじ、塩昆布 果物：パイン	**29日** パン：ミルクパン、黒糖ロール マカロニスープ：マカロニ、インゲン、人参 チキンの黒コショウ焼き～ジャーマンポテト添え～：鶏肉／付：ジャーマンポテト（じゃが芋、玉葱、ベーコン、コーン、パセリ） サラダ：ベビーリーフ、レタス、ミニトマト　※ドレッシング