

## 11月 予定献立表

1	金	じゃこピラフ	ツナインゲンコーンサラダ	コンソメスープ
5	火	白ご飯	キャベツ・スパンテーター・コロッケ・枝豆	味噌汁
6	水	白ご飯	八宝菜・細切りポテトフライ・梅干し	
7	木	さつま芋ご飯	白菜お浸し・大根・豆乳丸揚げ・目刺し	味噌汁
8	金	白ご飯	野菜うま煮・ごぼう天・ちりめん	味噌汁
11	月	白ご飯	切干大根・南瓜・高野豆腐・白天・人参	味噌汁
12	火	山菜ピラフ	ポテトサラダ	コンソメスープ
13	水	白ご飯	大豆煮(大豆・コンニャク・人参・竹輪)・やさい天・目刺し	味噌汁
14	木	シーフードカレー	スパゲティサラダ	
19	火	白ご飯	キャベツ・スパンテーター・いわしフライ・枝豆	味噌汁
20	水	かやくご飯	ポテトサラダ	すまし汁
21	木	白ご飯	五目ひじき・大根・里芋・高野豆腐・ちりめん	味噌汁
25	月	シーフードピラフ	切干大根マヨネーズサラダ	中華スープ
26	火	白ご飯	関東煮(ジャガイモ・コンニャク・竹輪・ゴぼう天・がんも)	味噌汁
27	水	白ご飯	天ぷら(南瓜・さつま芋・竹輪)・春雨酢の物	味噌汁
28	木	大豆カレーライス	シェルマカサラダ	
29	金	白ご飯	ぜんまい揚げ煮・大根・人参・高野豆腐・目刺し	味噌汁

