

11がつ こんだてひょう (じょうしょく)

にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
1	日	ようじ	ごはん みそしる がんものふくめに ふりかけ	ヨーグルト	ごはん ポークチャップ やさいソテー クラムチャウダー りんご	ぎゅうにゅう てづくり りんごゼリー	ごはん みそに ほうれんそう、にんじんに スパゲティサラダ いんげんのごまかおりいため
		がくどう せいねん	ごはん みそしる がんものふくめに ふりかけ ヨーグルト				
2	月	ようじ	パン ジャム ケチャップいため コーンスープ	フルーツ	ごはん さかなのフライ やさいソテー わふうサラダ さつまいものあまに	ぎゅうにゅう ビスケット	ごはん てりやきチキン ブロッコリーソテー ビーフンいため ちゅうかスープ
		がくどう せいねん	パン ジャム ケチャップいため コーンスープ フルーツ				
3	火	ようじ	ごはん みそしる さばのしおやき おひたし ふりかけ	ぶどうゼリー	さけチャーハン ちゅうかふうあえもの ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう たまごボーロ	ごはん とうふハンバーグ わふうおろしソース れんこんチップ ポテトサラダ こまつなのいためもの
		がくどう せいねん	ごはん みそしる さばのしおやき おひたし ふりかけ ぶどうゼリー				
4	水	ようじ	ごはん みそしる カレーそばろいため ふりかけ	ヨーグルト	スパゲティミートソース グリーンサラダ フルーツポンチ	ぎゅうにゅう どらやき	ごはん ぶたにくのみそづけやき ソテー ほうれんそうのいそべあえ けんちんじる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる カレーそばろいため ふりかけ フルーツゼリー				
5	木	ようじ	ごはん みそしる スペインふうオムレツ あじのり	りんごゼリー	てづくりチキンカツ ソテー かいそうサラダ ようふうに	ぎゅうにゅう とうにゅうプリン	ごはん さけのちゃんちゃんやき マカロニサラダ はるさめスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる スペインふうオムレツ あじのり ぎゅうにゅう				

*ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

*こんげつしょうのさかな・・・さけ・さば・あかうお・しろみざかな（ほき・たら・カラスガレイ）

よどがわしょうひんかぶしきがいしゃ

11がつ こんだてひょう (じょうしょく)

にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
6	金	ようじ	ごはん みそしる ウインナーとポテトいため なっとう	ふかしいも	ごはん さかなのこうみやり グリルやさい はっぼうさい やさいサラダ	ぎゅうにゅう ココアマフィン	ごはん チキンピカタ ケチャップソース ポイルやさい マセドアンサラダ さやいスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ウインナーとポテトいため なっとう フルーツゼリー				
7	土	ようじ	ごはん みそしる とりだんごのはるさめに あじのり	やさいゼリー	ドライカレー シーザーサラダ きのこスープ	ぎゅうにゅう クッキー	ごはん にざかな やさいのふくめに だいこんサラダ ちやわんむし
		がくどう せいねん	ごはん みそしる とりだんごのはるさめに あじのり やさいゼリー				
8	日	ようじ	ごはん みそしる ごもくたまごやき あじのり	ヨーグルト	やきそば ちゅうかふうひややっこ オレンジ	ぎゅうにゅう やきドーナツ	ごはん チキンなんばん タルタルソース、ポイルやさい さんしょくなます いとこに
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ごもくたまごやき あじのり ヨーグルト				
9	月	ようじ	ごはん みそしる さけのしおやき ごまいため ふりかけ	ヨーグルト	ごはん さかなのピザふうポイルやき やさいサラダ マカロニたまごスープ	ぎゅうにゅう パンケーキ	ごはん とりのからあげ やさいソテー はるさめのあえもの ポパイソテー
		がくどう せいねん	ごはん みそしる さけのしおやき ごまいため ふりかけ ヨーグルト				
10	火	ようじ	ごはん みそしる めだまやき ポイルやさい ふりかけ だしわりしょうゆ	バナナ	チキンライス やさいのクリームに りんご	ぎゅうにゅう バウムクーヘン	ごはん フィッシュバーグ きのこあんかけ わかめとだいこんのサラダ みそじゃが
		がくどう せいねん	ごはん みそしる めだまやき ポイルやさい ふりかけ フルーツゼリー				

*ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

*こんげつしょうのさかな・・・さけ・さば・あかうお・しろみざかな（ほき・たら・カラスガレイ）

よどがわしょうひんかぶしきがいしゃ

11がつ こんだてひょう (じょうしょく)

にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
11	水	ようじ	ごはん みそしる さといものそぼろに なっとう	ぶどうゼリー	ハンバーガー フライドポテト ミネストローネ ヨーグルトあえ	ぎゅうにゅう カルシウム ウエハース	ごはん しろみさかなのみそに ふくめに もやしのナムル ちゅうかいため
		がくどう せいねん	ごはん みそしる さといものそぼろに なっとう ぶどうゼリー				
12	木	ようじ	ごはん みそしる スクランブルエッグ やさいソテー あじのり	ヨーグルト	カレーうどん ごますあえ かき	ぎゅうにゅう コーンとチーズ のマフィン	ごはん さかなのプロバンスふう かぼちゃサラダ コンソメに
		がくどう せいねん	ごはん みそしる スクランブルエッグ やさいソテー あじのり ヨーグルト				
13	金	ようじ	ごはん みそしる だいこんとあぶらあげのいりに あじのり	ふかしいも	ごはん さかなのおやき やさいソテー じゃがいものそぼろに ひじきサラダ	ぎゅうにゅう おにぎりせんべい	ごはん タンドリーチキン グラッセ いんげん オーロラソースかけ コンソメスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる だいこんとあぶらあげのいりに あじのり やさいゼリー				
14	土	ようじ	ごはん みそしる ジャーマンポテト ひややっこ やきのり	ウエハース	ぎゅうどん かにあえ りんご	ぎゅうにゅう ココアプリン	ごはん さかなのパンこやき ポイルやさい、ミニトマト じゃこサラダ ミルクスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ジャーマンポテト ひややっこ やきのり オレンジゼリー				
15	日	ようじ	ごはん みそしる スペインふうオムレツ あじのり	ヨーグルト	☆しちごさん おいawaiiランチ☆ ～おいawaiiプレート～ コーンピラフ エビフライ ミニハンバーグ グリーンサラダ スパゲティナポリタン フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ちとせパイ	ごはん てりやきチキン ブロッコリーソテー ビーフンいため ちゅうかスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる スペインふうオムレツ あじのり ヨーグルト				

*ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

*こんげつしょうのさかな・・・さけ・さば・あかうお・しろみさかな(ほき・たら・カラスガレイ)

よどがわしょうひんかぶしきがいしゃ

11がつ こんだてひょう (じょうしょく)

にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
16	月	ようじ	ごはん みそしる ごもくに なっとう	やさいゼリー	チキンカレー もりあわせサラダ ジョア	ぎゅうにゅう たまごボーロ	ごはん さかなのマヨネーズやき マカロニやさいソテー ちくぜんに すましじる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ごもくに なっとう フルーツ				
17	火	ようじ	ごはん みそしる ツナマヨソテー ふりかけ	ぶどうゼリー	さらうどん あますあえ いもあめ	ぎゅうにゅう バナナマフィン	ごはん さけのしおやき こふきポテト れいしゃぶサラダ のっぺいじる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ツナマヨソテー ふりかけ ヨーグルト				
18	水	ようじ	パン ジャム ウインナー やさいソテー コンソメスープ	オレンジ	ごはん さかなのかばやき さつまいも パンサンスー なすのそぼろに	ぎゅうにゅう やきドーナツ	ごはん しょうがやき ゆでやさい たまごいりポテトサラダ きのこスープ
		がくどう せいねん	パン ジャム あおりんごゼリー ウインナー やさいソテー コンソメスープ				
19	木	ようじ	ごはん みそしる ミートボールのケチャップに あじのり	ヨーグルト	ごもくチャーハン とうふのかにあんかけ はるさめスープ	ぎゅうにゅう しおおかき	ごはん さかなのたつたあげ こふきいも ごますあえ ちゅうかふうコーンスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ミートボールのケチャップに あじのり ヨーグルト				
20	金	ようじ	ごはん みそしる ひじきに ふりかけ	バナナ	きつねうどん チーズとツナのサラダ やさいかきあげ	ぎゅうにゅう にんじんゼリー	ごはん とりのクリームソース ボイルやさい さつまいもサラダ やさしいため
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ひじきに ふりかけ バナナ				

*ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

*こんげつしょうのさかな・・・さけ・さば・あかうお・しろみざかな(ほき・たら・カラスガレイ)

よどがわしょくひんかぶしきがいしゃ

11がつ こんだてひょう (じょうしょく)

にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
21	土	ようじ	ごはん みそしる ごもくたまごやき ごまあえ ふりかけ	ヨーグルト	ごはん サーモンバターじょうゆやき ソテー ごぼうサラダ のりポテト	ぎゅうにゅう パウムクーヘン	ごはん ぎゅうにくのすきに ブロッコリーのサラダ すまししる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ごもくたまごやき ごまあえ ふりかけ ヨーグルト				
22	日	ようじ	ごはん みそしる ハムソテー ポテトいため あじのり	ウエハース	ごはん チキンのトマトソースがけ マカロニやさいソテー じゃこサラダ かぼちゃのポタージュ	ぎゅうにゅう やさいむしパン	ごはん さかなのカレーあげ ブロッコリー さといものごまみそあえ にんじんしりしり
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ハムソテー ポテトいため あじのり グレープゼリー				
23	月	ようじ	ごはん ぐだくさんコンソメスープ スクランブルエッグ ソテー ふりかけ	ヨーグルト	ハヤシライス コールスローサラダ みかん	ぎゅうにゅう いちごミルク かんてん	ごはん とうふハンバーグ わふうおろしソース やさいチップス かぼちゃサラダ とんじる
		がくどう せいねん	ごはん ぐだくさんコンソメスープ スクランブルエッグ ソテー ふりかけ ヨーグルト				
24	火	ようじ	ごはん みそしる カレーそばろいため なっとう	ふかしいも	クリームスパゲティ ミートボール フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ウエハース	ごはん さかなのてりやき ソテー はるさめのあえもの にまめ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる カレーそばろいため なっとう ヨーグルト				
25	水	ようじ	ごはん みそしる ジャーマンポテト ふりかけ	バナナ	ごはん さかなのみそチーズやき やさいサラダ ツナに	ぎゅうにゅう フルーツゼリー	ごはん とりのからあげ スパゲティ ブロッコリー あますあえ すましじる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ジャーマンポテト ふりかけ バナナ				

*ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

*こんげつしょうのさかな・・・さけ・さば・あかうお・しろみざかな(ほき・たら・カラスガレイ)

よどがわしょくひんかぶしきがいしゃ

11がつ こんだてひょう (じょうしょく)

にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
26	木	ようじ	ごはん みそしる さばしおやき ゆかりあえ あじのり	ぶどうゼリー	そばろどん きゅうりのすのもの さかなのすましじる りんご	ぎゅうにゅう クッキー	ごはん ハンバーグ ケチャップソース やさいのソテー やさいのフレンチサラダ ポトフふう
		がくどう せいねん	ごはん みそしる さばしおやき ゆかりあえ ふりかけ あおりんごゼリー				
27	金	ようじ	ごはん みそしる オムレツ やさいのコンソメに あじのり	ヨーグルト	ごはん しょうがやき ブロッコリーのソテー ナムル わかめスープ	ぎゅうにゅう パンケーキ	ごはん さけのクリームシチュー ラタトゥイユ ひじきのまめサラダ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる オムレツ やさいのコンソメに あじのり ヨーグルト				
28	土	ようじ	ごはん みそしる こまつなのあつあげそばろ あじのり	青りんごゼリー	パン マカロニグラタン コンソメスープ みかん	ぎゅうにゅう ビスケット	ごはん マーボーとうふ チンジャオロースふう ごまあえ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる こまつなのあつあげそばろ あじのり やさいゼリー				
29	日	ようじ	ごはん みそしる とりだんごのやさいに ふりかけ	バナナ	コーンラーメン かいせんちゅうかいため あんにとんこ	ぎゅうにゅう チーズむしパン	ごはん さかなのタルタルソース ポイルやさい ようふうだいに こまつなのサラダ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる とりだんごのやさいに ふりかけ バナナ				
30	月	ようじ	ごはん みそしる さといもとだいこんのもの なっとう	ウエハース	にんじんごはん とりのあますあんかけ ブロッコリーのごまあえ さわにわん	ぎゅうにゅう パウムクーヘン	ごはん てりやきつくね ポテトフライ いんげん ビーフンいため ちゅうかスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる さといもとだいこんのもの なっとう オレンジゼリー				

*ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

*こんげつしょうのさかな・・・さけ・さば・あかうお・しろみざかな(ほき・たら・カラスガレイ)

よどがわしょうひんかぶしきがいしゃ