



月のこんだて

2021. 11. 1 Tossie

<p>1 ごはん 鶏肉の照り焼き きんぴらごぼう 白菜のおかか和え さつまいものみそ汁</p>	<p>2 ごはん 魚のちんちん焼き さつまいもサラダ 大根のみそ汁</p>		<p>4 <u>フチ遠足</u>  お弁当・水筒を持ってきてください。</p>	<p>5 ごはん 魚のみそ焼き （こんじんのオーブン焼き） 切干大根サラダ なすのみそ汁</p>	<p>6 ごはん 魚のアクアパッツァ風 かぼちめサラダ カリフラワーのスープ</p>
<p>8 ごはん 魚の煮付け 付け合せわかめ菜 お豆のサラダ きのこのみそ汁</p>	<p>9 雑穀ごはん 肉豆腐 小松菜のこま和え かぶのみそ汁</p>	<p>10 ごはん 魚の照り焼き さつまいものきんぴら キャベツと根菜のサラダ 呉汁（豆乳みそ汁）</p>	<p>11 ごはん 厚あげのみそ炒め キャベツの中華和え もやしのスープ</p>	<p>12 ごはん 魚のクリーム煮 ポテトサラダ 大根のみそ汁</p>	<p>13 高野豆腐入り 鶏肉そぼろ丼 じゃがいものオーブン焼き キャベツの石焼和え けんちん汁</p>
<p>15 ごはん 塩肉じゃが 切干大根サラダ トマト豚肉汁</p>	<p>16 <u>芋煮会</u> 魚ごはん 白菜のおかか和え みんなで作った芋煮汁</p>	<p>17 ごはん マーボーなす 春雨サラダ 豆腐のスープ</p>	<p>18 ごはん ひよこ豆のトマト煮 りんごサラダ かぶのポタージュ</p>	<p>19 枝豆ごはん 魚の干物 小松菜とひじきの白和え かぼちめのみそ汁</p>	<p>20 ごはん 鶏肉のビーフキューソース じゃがいもの塩炒め キャベツのこま和え きのこのみそ汁</p>
<p>22 ごはん 魚のごま焼き かぼちめのオーブン焼き キャベツ石焼和え なすのみそ汁</p>		<p>24 鶏ごぼうごはん さつまいも甘煮 切干大根サラダ 魚汁</p>	<p>25 ごはん マーボー豆腐 もやしとおろし草ナマリ 大根スープ</p>	<p>26 ごはん 鶏肉のオイル焼き お豆のサラダ さつまいものみそ汁</p>	<p>27 魚ごはん かぼちめそぼろ煮 キャベツと根菜のサラダ 豚汁</p>
<p>29 ごはん 魚のきのこあんかけ 小松菜とひじきの白和え かぶのみそ汁</p>	<p>30 ツナごはん かぼちめときのこの豆乳し米粉グラタン りんごサラダ セロリスープ</p>	<p>※食材の都合により、メニューを変更する場合があります。</p> <p>新潟県十日田市木公え山の“とっこ農園”より、ピカピカの新米が届きました。子どもたちもいつも以上にたくさんおかわりして食べています。</p>			