



11 がつ の こん だ て



天使幼稚園

日	曜	こ ん だ て			
1	木	きびごはん	大豆とひじきの炒り煮	大学芋	大根と油あげとわかめのみそ汁
2	金	きびごはん	切り干し大根の煮もの	きんぴらごぼう	豆腐とわかめのねぎのみそ汁
5	月	きびごはん	鮭のマヨネーズ焼き	青菜と人参のごま和え	さつま汁
6	火	カレーライス	ひたし豆	りんご	麦茶
7	水	きびごはん	筑前煮	しらす納豆	大根とえのき茸とわかめのみそ汁
8	木	きびごはん	大根といかの煮もの	さつま芋の天ぷら	白菜と油あげとわかめのみそ汁
9	金	きびごはん	すき昆布ともやしの炒り煮	じゃが芋のから揚げ	豆腐とえのき茸と玉ねぎのみそ汁
12	月	わかめごはん	卵の花と野菜の炒り煮	ポテトサラダ	大根と油あげとねぎのみそ汁
13	火	きびごはん	肉じゃが煮	キャベツともやしの磯辺和え	豆腐と油あげとねぎのみそ汁
14	水	きびごはん	切り干し大根とほたて貝の炒り煮	小松菜と人参のごまみそ和え	おでん汁
15	木	きびごはん	大根と手羽先のべっこう煮	大学芋	豆腐と油あげとわかめのみそ汁
16	金	《 お 弁 当 の 日 》			
19	月	カレーライス	小魚	バナナ	麦茶
20	火	きびごはん	豚肉と野菜のみそ炒め	さつま芋の細切りごま揚げ	大根とわかめと油あげのみそ汁
21	水	きびごはん	さばの塩焼き	かぼちゃの甘辛煮	豆腐と卵とわかめのみそ汁
22	木	きびごはん	にらの卵とじ	おろし納豆	じゃが芋とわかめと玉ねぎのみそ汁
26	月	中華飯	大根と人参とツナのサラダ	わかめスープ	バナナ
27	火	きびごはん	じゃが芋の煮ころがし	キャベツともやしのごまみそ和え	豆腐と油あげと玉ねぎのみそ汁
28	水	きびごはん	がんもの煮もの	きゅうりとしらすの梅じそ和え	大根と油あげとねぎのみそ汁
29	木	きびごはん	里芋と厚揚げの煮もの	白菜と大根のサラダ	豆腐となめこのみそ汁
30	金	《お誕生会》	2色ごはん	大根と人参の中華サラダ	しじみのみそ汁 みかん