



月	火	水	木	金
【献立紹介】 11月6日「いももち汁」 いもちは、明治時代に北海道に来た開拓者の人々が手軽にエネルギーを補給するために食べていた料理です。今は、北海道の郷土料理として食べられます。アイヌの人々も同じ時期に「イモシト」という名前のいも団子を食べていたそうです。		1 ごはん 牛乳 とりごぼう汁 さばしょうが煮 りんご	2 あんぱん 牛乳 エビボールスープ インドポテト	3 文化の日 ふんか ひ
6 十二種雑穀ごはん 牛乳 他人丼 いももち汁 冬みかん	7 小ごはん 牛乳 きのこうどん イカリングフライ（2こ） バナナ（1/2ぽん） アーモンドフィッシュ	8 ごはん 牛乳 豚肉といもの甘辛いため 中華あえ	9 こめこまる 米粉丸コッペ切込みパン 牛乳 マカロニクリーム煮 豆腐ハンバーグ カレールー 温野菜	10 ごはん 牛乳 のっぺい汁 豚キムチ
13 麦飯 牛乳 キーマカレー 福神漬 フルーツのマスカットゼリーあえ	14 こめこ 米粉コッペパン 牛乳 ワンタンスープ わかどり 若鶏のごま照り焼き フライドポテト	15 ごはん 牛乳 豆腐のオスターソース煮 ま 真ホッケ和風フライ りんご	16 こめこしょう 米粉小バターパン 牛乳 ペスカトーレ ベーコンエッグ ブロッコリー-中華ドレッシング あえ	17 ごはん 牛乳 み 実だくさん汁 はるさめ 春雨のごまいため
20 むぎいり なめし 麦入菜飯 牛乳 あきやさい にも 秋野菜の煮物 い あつやきたまご ひじき入り厚焼卵	21 しょう 小ごはん 牛乳 とんこつ 豚骨ラーメン にくだんご ビツ肉団子（1こ） バナナ（1/2ぽん）	22 ごはん 牛乳 なま あ 生揚げのマーボ-いため はくさい 白菜のおひたし	23 きんろうかんしゃ ひ 勤労感謝の日 牛乳 かぼちゃだんご 南瓜団子のとろとろ汁 にしんおろし煮 ふゆ 冬みかん	24 ごはん 牛乳 かぼちゃだんご 南瓜団子のとろとろ汁 にしんおろし煮 ふゆ 冬みかん
27 むぎめし 麦飯 牛乳 ポークハヤシライス 福神漬 フルーツポンチ	28 ごはん 牛乳 とうふ 豆腐チゲ さんしよく 三色あえ おうとう 黄桃シャーベット	29 ごはん 牛乳 かい に 海ぞく煮 や 焼きぎょうざ（2こ）	30 ソフトフランスパン 牛乳 こめこ 米粉のコーンスープ ウィンナーと野菜のソテー えだまめ 枝豆 ママレード	31 ごはん 牛乳 かぼちゃだんご 南瓜団子のとろとろ汁 にしんおろし煮 ふゆ 冬みかん