

# 11月献立

## 【献立A】

メイン	煮込みハンバーグ	【使用食材】
	手羽先と白菜のうま煮	合挽肉・鶏手羽先・サーモン
	鮭とほうれん草のグラタン	ほうれん草・白菜・にんじん・玉ねぎ
副菜	ほうれん草とえのきのお浸し	パプリカ・ブロッコリー・かぼちゃ・えのき
	パプリカとブロッコリーの和風マリネ	しめじ・卵・ツナ缶・パン粉・赤ワイン
	白菜コールスロー	クリームチーズ・ミックスナッツ・牛乳
	かぼちゃとブロッコリーのデリ風サラダ	ホワイトソース・デミグラスソース
	にんじんしりしり	調味料（マヨネーズ・砂糖・醤油・塩・酢
汁物	かきたま汁	片栗粉・顆粒だし・オイスターソース）

## 【献立B】

メイン	きのこたっぷりポークチョップ	【使用食材】
	鶏もも肉のにんにく照り焼き	豚小間切れ肉・鶏もも肉・さんま
	さんまの生姜煮	小松菜・にんじん・豆もやし・白菜
副菜	3色野菜のナムル	しめじ・エリンギ・ねぎ・ごぼう・れんこん
	根菜サラダ	じゃがいも・きゅうり
	白菜の甘酢漬け	ツナ缶・ハム・トマト缶
	豆もやしと白菜のツナの和え物	すりごま・生姜
	ポテトサラダ	調味料（マヨネーズ・ごま油・塩・醤油・みりん
汁物	ミネストローネスープ	砂糖・酒・酢・コンソメ・こしょう）