



※には、^{ぎふけん}岐阜県^{もの}の物が^{つか}使われています。

月(げつ)

11月

みなみ

火(か)

あじのたび

こんげつは「わかやまけん」。

水(すい)

鉄分(てつぶん)が多いこんだての日

食物(しょくもつ)せんいが多いこんだての日

(にほんがたしよじ)「日本型食事」の日

木(もく)

このマークは「ふるさとしよさいの日」すべてのこんだてに ^{ぎふけん}ぎふけんさんのしよさいが ^{つか}つかわれています。

金(きん)

※まめとキャベツのサラダ

※とりにくをあかワインに

※しよくパン ※だいこんとはくさいのスープ 1日

岐阜(ぎふ)の柿(かき)の日(ひ) 14日(にち)

いい菌(きん)の日(ひ) 8日(にち)

和食(わしょく)の日(ひ) 24日(にち)

立冬(りゅうとう) 7日(にち)

食育(しょくいく)の日(ひ) 19日(にち)

酒(いち)の市(いち) 5日(にち)

あじのたび

こんげつは「わかやまけん」。

※ゆずのかおりあえ

レバーのにつけ

とうにゆう田(でん)ザート

※ごはん ※かんとうに 5日

ブロッコリーのおかかあえ いりたまご

とりそぼろごはん

※むぎごはん ※なめこのぎふみそしる 6日

※だいこんとツナのもの

※さといもコロッケ 立冬

※むぎごはん ※さわにわん 7日

※コーンもやし

※カレーフライドチキン

※レーズンパン ポトフ 8日

※ごもくまめ

※ぐじょうみそけいちゃん

※ごはん ※かきたまじる 12日

※きりぼしだいごんのちゆうかいたま

だいがくも

※ソフトめん ※きのこあん 13日

※ふきよせごはん

※シヤモのもみじあげ

※かき

※むぎごはん ※ぎふみそしる 14日

※やさいのソテー

オムレツ

※ヨーグルト

※こめココッパン ※ポークビーンズ 15日

※ほうれんそうのおひたし

※ぶたにくのあんからめ

※ごはん ※けんちんじる 18日

※ラーパツアイ

シューマイ

※ごはん ※マーボー豆腐 19日

コーンキャベツ

※まめのマリネ

※むぎごはん ※ハヤシライス 20日

※すろっぽ

イワシのきしゅうに

みかん

※むぎごはん ※こうや豆腐のみそしる 21日

あんにんどうふ

※あつあげともやしのオイスターソースいため

※こがたパン ※やきそば 22日

※さといもあつあげのにつけ

※イカのかりんあげ

りんご

※ごはん ※みそしる 25日

※ひじきとだいずのもの

※わふうおろしハンバーグ

※ごはん ※すまじる 26日

※だいこんとあつあげのもの

れんこんチップス

※いっしょうどん ※たまごとうどん 27日

※ひじきサラダ

※ツナライス

チーズ

※むぎごはん ※だいこんとしめじのスープ 28日

フルーツもりあわせ

※ほうれんそうのソテー

※くろパン ※カレーシチュー 29日