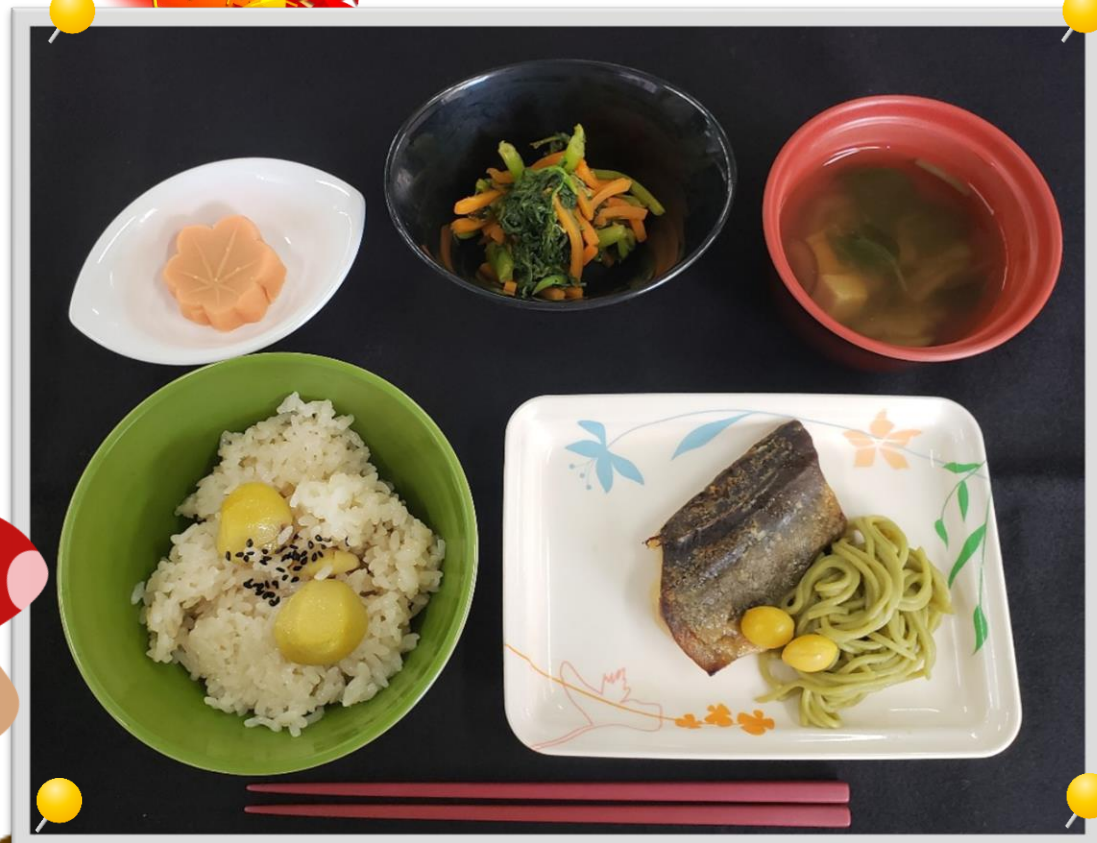







# 11月の行事食 ～常食～



## おしながき

-  栗ごはん
-  銀鱈の西京焼～山椒かけ～
-  春菊のゆず酢和え
-  お吸い物（椎茸・豆腐・三つ葉）
-  ねりきり（もみじ）

少しずつ寒くなってきましたが、今日は秋晴れ、行楽日和になりました。  
大きな栗が入った栗ご飯はとても好評でした。銀杏やもみじの練り切りで秋を  
彩ったお食事になりました。



エネルギー637kcal : たんぱく質 23.2g  
脂質 16.2g : 炭水化物 103.8g : 食塩 3.0g