

# 11 月号

11日~23日  
**南生苑文化祭**  
 皆様の作品展示をします  
 自信作をご覧ください

日	月	火	水	木	金	土
休業						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					 赤魚の卸し し餡かけ	 海老のチリ ソース
3	4	5	6	7	8	9
	ピラティス  豚すき丼	 烏鰆の 幽庵焼	 鶏の クリーム煮	 油淋鶏	健康体操 船橋産旬の 食材を楽しむ日 ぶり大根	 豚味噌 うどん
10	11	12	13	14	15	16
	ピラティス 鶏の塩 麴焼き	美容室 豚肉の葱 塩炒め	 鉄火丼	 赤魚の野菜 餡かけ	健康体操 天麩羅 そば	 鶏肉の 親子煮
17	18	19	20	21	22	23
	ピラティス カレーラ イス	 黄金鰆の 煮付け	 鶏と野菜 の乳麺	 海老フライ	健康体操 白身魚の 味噌漬け	 豚肉のチャー シュー丼
24	25	26	27	28	29	30
	ピラティス 和風 ハンバーグ	 海老玉丼	紙芝居の日 魚フライ	美容室 スパゲティ ミートソー ス	健康体操 郷土料理 メニューの日 こねつけ	 天丼