

ほうれんそうのごまあえ
ぶたにくのあんからめ
みそしる 1日

ちゅうかあえ
エビのナッツいため
ワンタンスープ 2日

ぶんかのひ
3日

いとかんてんのサラダ
ツナライス
ポトフ 4日

だいこんサラダ
フライビーンズ
カレーシチュー 5日

はくさいのピーナッツあえ
イワシのきしゅうに
かみかみまめ
いものこじる 8日

とうにゅうあんにんどうふ
こうやどうふいりすぶた
わかめスープ 9日

フルーツのもりあわせ
こまつなのソテー
ハヤシライス 10日

さといものごまあえ
わふうおろしハンバーグ
かすじる 11日

グラナディエルスキー・ポホド(じゃがいものソテー)
ブラウチョヴィー・レゼニユ(ポークカツレツ)
ジャム
はいがパン
ゼレニヴァー・ポリエウカ(やさいスープ) 12日

こまつなのびたし
サバのみそに
けんちんじる 15日

ごもくまめ
ぐじょうみそけいちゃん
すましじる 16日

チンゲンサイのオイスターソースいため
だいがくいも
きのこあん 17日

このはどんぶり
シヤモのみみじあげ
みかん
かきたまじる 18日

ほうれんそうとしめじのソテー
オムレツ
ヨーグルト
こめココッパン
ポークビーンズ 19日

きっかびたし きんしたまご
タラのたつたあげ
りんごゼリー
いもに 22日

きんろうかんしゃのひ
23日

きりぼしだいこんのじゃこに
イカのあらあげ
いっしょうどん
たまごじうどん 24日

だいこんとかくふのもの
サケのさつまいもいりきのこあんかけ
いかだしじる 25日

コーンキャベツ
ミートボールのケチャップに
くろパン
だいこんとしめじのスープ 26日

ゆずのかおりあえ
レバーのにつけ
かんとうに 29日

おかかあえ
サンマのかばやき
だいこんの岐福(ぎふ)みそしる 30日

11月
あつみ小

このマークは「あじのたび」
こんげつは『スロバキア』
『やまがたけん』

11月8日は「いいはの日」
・よくかんでたべよう
・はをみがこう