

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